

“योग एक अध्ययन-पातंजल योगसूत्र और विज्ञान भैरव के आधार पर”  
(A STUDY OF YOGA ON THE BASIS OF PATANJALA YOGA SUTRA  
AND VIJNANA BHAIRAVA)



जम्मू विश्वविद्यालय के स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग की  
पी-एच० डी० उपाधि के लिए प्रस्तुत  
शोध-प्रबन्ध

निर्देशक :

डॉ० जागीर सिंह

प्राध्यापक

स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग

जम्मू विश्वविद्यालय

जम्मू-तवी ।

शोधकर्ता

रमण कुमार शर्मा

स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग

जम्मू विश्वविद्यालय, जम्मू ।

1999







4th

Forwarded  
to C.E

Nalini Sharma

Head  
Post Graduate Department of Sanskrit  
Jamia University

11/7/99







“योग एक अध्ययन-पातंजल योगसूत्र और विज्ञान भैरव के आधार पर”  
(A STUDY OF YOGA ON THE BASIS OF PATANJALA YOGA SUTRA  
AND VIJNANA BHAIRAVA)



जम्मू विश्वविद्यालय के स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग की  
पी-एच० डी० उपाधि के लिए प्रस्तुत  
शोध-प्रबन्ध

निर्देशक :  
डॉ० जागीर सिंह  
प्राध्यापक  
स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग  
जम्मू विश्वविद्यालय  
जम्मू-तवी ।

शोधकर्ता :  
रमण कुमार शर्मा

स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग  
जम्मू विश्वविद्यालय, जम्मू ।  
1999







## C E R T I F I C A T E

Certified that Raman Kumar Sharma, who was registered for the degree of Ph.D. in Sanskrit has completed his research work under my supervision. The exact title of his thesis is :-

'A STUDY OF YOGA ON THE BASIS OF PATANJALA YOGA SUTRA AND VIJNANA BHAIRAVA'

He has fulfilled all the statutory requirements for the submission of thesis for evaluation.

It is further certified that -

- ) the thesis embodies the work of the candidate himself ;
- ) the candidate worked under me for the period required under statutes ;
- the candidate has put in required attendance and attended seminars in the Department during this period ; and
- the conduct of the scholar remained quite satisfactory during the period of his research.

*Jagir Singh*

(Dr. Jagir Singh)  
Supervisor,  
Sr. Lecturer,  
Department of Sanskrit,  
University of Jammu,  
JAMMU - 180 006

Dated: June 30, 1999,





### धन्यवाद:

सकल किनापहततरिं दातारं सर्वसम्पदाम् ।

नमामि गणपतिं देवं गौरी पुत्र गजाननम् ॥

वाग्धातवसम्पुक्तौ वाग्धातप्रतिपत्रये

जगतः पितरौ बन्दे पार्वतीपरमेश्वरौ । - रघुवंश 1/1/2

सर्वप्रथम भगवान गौरी पुत्र गणाधिपति श्री गणेश जी वन्दना करता हूं  
जिनकी कृपा से आज यह कार्य निर्विघ्नतापूर्वक लिपिबद्ध हुआ है इसके पश्चात्  
जगत के माता-पिता पार्वती एवं महेश्वर जी को प्रणाम है और उन्हीं के समान  
जनक जननी & अपने माता-पिता & जी को भी नमस्कार है जिनकी कृपा से  
आज यह आत्मा तत्त्व देह धारण किये हुये । इन सबके पश्चात् आदरणीय श्रेष्ठ  
प्रातःस्मरणीय पं० मूलराज जी शास्त्री, धौधली बाजार वाले एवं स्वर्गीय वेदज्ञ  
पं० विश्वम्बर दत्त शास्त्री जी का भी आभारी हूं जिनके द्वारा दिया ज्ञान  
निशुल्क ज्ञान आज इस कार्य के सम्पादन में प्रयुक्त हुआ । जबकि अपने इष्ट का  
तो धन्यवाद तो है ही जिनकी & भगवान शालीग्राम एवं भगवति शैव वाहिनी  
दुर्गा की एवं कुलदेवताओं & की अपार कृपा से इस मृत बुद्धि में पुनः प्रकाश वापिस  
लौटकर आया और अन्नतत किञ्चिद् मात्र ज्ञान को भी प्रकाशित कर रहा है ।  
यदि आज मैं अपने चाचाओं का धन्यवाद नहीं करता हूं तो महान कृतघ्नता होगी  
जिनके आश्रय को पाकर जम्मू में विश्वविद्यालय तक पहुंचकर पी०एच०डी० की  
उपाधि हेतु आज कार्य सम्पन्न करने जा रहा हूं । इनके साथ स्वर्गीय दादा  
हरिश्चन्द्र के वंश का एवं दादा पं० हरिश्चरण एवं उनके परिवार का भी  
आभारी हूं एवं रहूंगा ।





अपने निर्देशक डॉ० जागीर सिंह जी का तो आभारी हूँ ही जबकि विभागस्थ विद्वानों एवं विद्वानों का भी धन्यवादी जिन्होंने सदा आगे बढ़ने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई । इनमें डॉ० महेश शर्मा, डॉ० पुरुषोत्तम शर्मा, डॉ० केदारनाथ जी एवं डॉ० रमणीका जल्लाली , डॉ० शारदा गुप्ता इत्यादि एवं शेषा कायलियस्थ विनोद खुरिया एवं मेडम ।

विभागीय पुस्तकालयाध्यक्ष श्री विजय बडवाल जी एवं उन्हीं के सहायक श्री भरत जी को कभी भी नहीं भुला सकता हूँ इन दोनों का भरपूर सहयोग मिला है । श्री रघुनाथ मन्दिर पुस्तकालयाध्यक्ष डॉ० धनीराम जी तथा श्री जीवन शर्मा, पुस्तकालयाध्यक्ष , स्नातकोत्तर हिन्दी विभाग, जम्मू विश्वविद्यालय भी धन्यवाद के पात्र हैं जिन्होंने समय-समय पर जरूरत की पुस्तकें देकर मेरा कार्य सुचारु रूप से चलाने में सहायता दी ।

इस शोध प्रबन्ध के लेखन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने वाले लिपिक श्री रमेश गुप्ता जी का हृदय से आभारी हूँ जिन्होंने अपने सम्पूर्ण कार्यों का त्याग कर इसे लिखने में अहम् भूमिका निभाई है ।

इन सबके अतिरिक्त समाज के विभिन्न वर्गों एवं समुदायों का धन्यवादी हूँ जिन्होंने सदा उत्साह बनाये रखने में अहं भूमिका निभाई इनमें मुख्य - स्वर्गीय श्री कृष्ण शर्मा, अमृतसर निवासी ॥ कूटा वाले ॥ कठुआ के सेठ गणपति एवं उनके परिवार का भी आभारी हूँ जबकि पुरानी मण्डी के महन्त श्री श्री 1008 सीता राम जी एवं अमृतसर के ही शुभ चिन्तक सपत्नी श्री हर्षा जी का धन्यवादी हूँ ।





अपने सहपाठियों में श्री हेमन्त मिश्र का भी आभारी हूँ । जबकि इन सबके साथ ही साथ अन्त में अपने गांधी वार्सियों का एवं उनमें भी मास्टर प्रकाश चन्द्र शर्मा एवं उनके ज्येष्ठ पुत्र हिम्मत तथा उन्हीं के मित्र शोदी लाल शर्मा एवं गोपनीय व्यक्ति श्री हिम्मत उन्हीं के विभागस्था तिलक एवं मोसेरे भाई एवं सम्पूर्ण नानिहाल समुदाय वर्ग विशेष का भी धन्यवादी हूँ । इन्हीं के साथ ही साथ कुछ वैद्य चिकित्सक से जुड़े हुये लोगों का भी धन्यवादी हूँ जिनमें डा० सरदार तीर्थ सिंह , डा० सरदार जतिन्द्र सिंह तथा हीरानगर निवासी पैरामेडिकल विभागस्था डा० साहिब का बहुत-बहुत धन्यवादी हूँ । इन सबके अतिरिक्त सम्पूर्ण विश्व समुदाय एवं सकल जड़ चेतन वर्ग का धन्यवाद है एवं इन सबको मेरा कोटि - कोटि नमस्कार है एवं विशेष प्रारब्ध को भी नमस्कार करता हूँ जिसने मार्ग में व्याप्त किन्तु बाधाओं से निवृत्त किया एवं कार्य में सहायता प्रदान की । इस प्रकार से इन्हीं सब बन्धु बान्धवों की कृपा से यह कार्य सम्पादित होने जा रहा है । सबके लिए प्रार्थना है कि हे प्रभु सबको सुखी रखना ।

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयः ।

सर्वे भद्रानि पश्यन्तु मा कश्चिद् दुःखमागम्येत् ॥

॥ हरि उ तत् सत् ब्रह्म ब्रह्मार्पणमस्तु ॥

भवदीय

रमण कुमार शर्मा

xxxxxx

xxxxxx

xxxxxx





## संदेह - सुची

अ००००००	-	अमर कोशः, पृष्ठ
अ०००००००	-	अत्र स्मृति, श्लोक
अ००००००००	-	आयुस्समस्त स्मृति, अध्याय, श्लोक
अ०००००० 7/22	-	आभ्यासशाकुन्तल, अध्याय, श्लोक
ई००००००	-	ईश्वर प्रत्याभज्ञा कारिका
ई००००००००	-	ईश्वर प्रत्याभज्ञा विवृति विमर्शिनी
ई००००००००	-	ईशावस्योपनिषद्, अध्याय, मन्त्र
अ००००००००	-	अग्नेय, अण्डल, सूक्त, मन्त्र
क००००	-	कण्ठ चरितम्
का००००	-	काश्मीर शैवेजम्
कि० 10/22	-	किरातार्जुन धर्म, अध्याय/श्लोक
कु०	-	कुमार सम्भव महाकाव्य सर्ग/श्लोक
कू००००००००००००	-	कूर्म पुराण उपाराधभागे, अध्याय, श्लोक
के००००००००	-	केनोपनिषद्, खण्ड, कारिका
क० ००००००	-	कोपनिषद्, अध्याय, वल्ली मन्त्र
कौ०००००००००००	-	कौटिल्य अर्थशास्त्र प्रकरण पृष्ठ
ग००००	-	गरुड पुराण
गा००००००००	-	गाता, अध्याय, श्लोक
च००००	-	चरक संहिता
च००००००००	-	चरक संहिता, स्थान, अध्याय



1030	-	कान्तदोग्यसंग्रह
103010	-	सांख्यिक साहित्य
10301010	-	सौंदर्याय अनाकार अनुवाद
103010	-	सांख्यिक
103010101010	-	सांख्यिक संप्रदाय, अध्याय, श्लोक
1030101010	-	सिद्धि साधन, सुद्ध
103010101010	-	प्रत्यक्ष साधन, सुद्ध
1030	-	प्रत्यक्ष साधन
1030101010	-	प्रत्यक्ष साधन, प्रश्न, उत्तर
103010101010	-	सांख्यिक योग सूत्र, साधन, सुद्ध
10301010101010	-	सांख्यिक योग सूत्र भोजन सुद्धः ।।
1030101010101010	-	सांख्यिक साधन, साधन, श्लोक
10301010101010	-	सांख्यिक साधन, अध्याय, श्लोक
103010101010	-	सांख्यिक साधन - साधन साधन
10301010101010	-	सांख्यिक साधन: तृतीय भाग, तृतीय अध्याय, सूत्र-18
1030101010101010	-	सांख्यिक साधन साधन साधन
1030101010101010	-	सांख्यिक साधन तृतीय भाग, तृतीय अध्याय, सूत्र - 11
1030101010101010	-	सांख्यिक साधन साधन साधन
1030101010101010	-	सांख्यिक साधन साधन साधन
1030101010101010	-	सांख्यिक साधन साधन साधन





मुण्डकोपनिषद्	-	मुण्डकोपनिषद् मुण्डक मन्त्र
मैत्रेय	-	मैत्रेय उपनिषद्
मनु	-	मनुस्मृति
याज्ञवल्क्य	-	याज्ञवल्क्य स्मृति, अध्याय, श्लोक
योग	-	योग वशिष्ठ
रघु	-	रघुवंश महाकाव्य
रुद्र	-	रुद्राष्टाध्यायी, अध्याय मन्त्र
लघु	-	लघु सिद्धान्त कौमुदीम्, अजन्त, पुल्लिङ्ग, सूत्र
लिंग	-	लिंग पुराण
व्यास	-	व्यास भाष्य
बृह	-	बृहदारण्यकोपनिषद्
बृहत्पाराशर	-	बृहत्पाराशर होरा शास्त्र, पृष्ठ
वायु	-	वायुपुराण, अध्याय, श्लोक
विष्णु	-	विष्णु पुराण, खण्ड, अध्याय
विज्ञान	-	विज्ञान भैरव
श्वेत	-	श्वेत ऋषिरोपनिषद्, अध्याय, मन्त्र
शिव	-	शिवपुराण, संहिता, अध्याय, श्लोक
शिव	-	शिव द्वाष्ट
शिव	-	शिव सूत्र
शुक्ल	-	शुक्ल यजुर्वेद, अध्याय, मन्त्र



शं०स्मृ०	-	शं० स्मृति
सं०द०सं०	-	सर्वदर्शन संग्रह
सा०सं०अ०द०	-	सामवेद संहिता, अध्याय, मन्त्र
स्त०म०	-	सात्वचिन्तामणि
स्व० शा०प०	-	स्वच्छन्द शास्त्र पटल
हा०स्मृ० भा०श्लो०	-	हारीत स्मृति, भाग/श्लोक
हि०	-	हितोपदेश
हि०यो०व०पु०	-	हिन्दी योग वशिष्ठ, पृष्ठ
हो०उ०	-	होरारत्न उपोदधात्

-----





## विषयानुक्रमिका

पृष्ठ

प्राक्कथन

1-26

भूमिका

27-30

प्रथम अध्याय

योग विषयक अन्वेषण

31- 85

1. योग का अभिप्राय

31

2. योग का परिचय

42

3. सामान्य अवधारणा

54

4. विशेष उपयोग & विशिष्ट अवधारणा

62

5. आधुनिक युग में योग की आवश्यकता

63

6. योग का महत्व

65

क० योग एवं शरीर

68

ख० योग एवं मन

68

ग० योग और समाज

70

घ० योग एवं शान्ति

73

ड० योग एवं पर्यावरण

74

1. शारीरिक एवं मानसिक पर्यावरण

75

2. सामाजिक पर्यावरण

76

3. प्राकृतिक पर्यावरण

77

4. सामुदायिक पर्यावरण

78

7. योग और विज्ञान

78

1. अध्यापक एवं छात्र

79

2. अभियन्ता

80

3. चिकित्सक

81

4. उद्यमी

83

8. योग के लाभ एवं हानि

83



## द्वितीय अध्याय

1. महर्षि पतंजली का जीवन परिचय एवं कृतियां ।	86-106
2. भाष्य	100
व्यास भाष्य	100
तत्त्ववैश्वरदी	102
भोज वृत्ति	103
योगवार्त्तिक एवं अन्य	105

## तृतीय अध्याय

पातंजल योग के प्रमुख प्रतिपाद्य विषय	107-278
1. योग एवं समाधि .	107
1. सम्प्रज्ञात एवं भेद	109
2. असम्प्रज्ञात	117
योग एवं मनोविज्ञान	120
1. चित्त	120
2. चित्त की भूमियां	131
वृत्तियां	133
क्लेश	140
किंचन	144
1. किंचनों का ज्योतिषीय सम्बन्ध	149
2. किंचन एवं विक्षेपों का पारम्परिक सम्बन्ध	153
अष्टांग योग	158
योगांगों की संख्या	160
1. यम	162
क॥ अहिंसा	162
ख॥ सत्य	165
ग॥ अस्तेय	168
घ॥ ब्रह्मचर्य	170
1. ब्रह्मचर्य एवं रोग	174





2. योग, ब्रह्मचर्य एवं समाज	175
3. ब्रह्मचर्य विशेष	176
ड. १ अपरिग्रह	191
2. नियम	193
1. शौच	194
2. सन्तोष	197
3. तप	198
4. स्वाध्याय	208
5. ईश्वर प्रणिधान	217
3. आसन	220
4. प्राणायाम	223
5. प्रत्याहार	231
6. धारणा	232
7. ध्यान	237
8. समाधि	243
✓ कैवल्य	✓246
9. ईश्वर, जीव एवं योग	254
ईश्वर	255
✓ अष्टांगयोग का संक्षिप्त वर्णन	—261
अहिंसा के लाभ एवं हानियाँ	261
सत्य परायणता के लाभ	263
अस्तेय	264
ब्रह्मचर्य	265
अपरिग्रह	266
शौच	268
सन्तोष	269
तप	270
स्वाध्याय	272



	ईश्वर प्रतिधारण	273
	आसन	274
	प्राणायाम	275
	प्रत्याहार	276
	धारणा	277
	ध्यान एवं समाधि	278
<u>चतुर्थ अध्याय</u>	<u>विज्ञान भैरव</u>	279-292
	विज्ञान भैरव का परिचय	281
	लेखक	285
	विज्ञान भैरव का काल	287
	भाष्यकार § व्याख्याकार §	290
<u>पंचम अध्याय</u>	<u>विज्ञान भैरव का प्रतिपाद्य विषय - परम तत्त्व</u>	293-379
	जीव	306
	जगत्	313
	बन्ध	319
	मोक्षोपाय § धारणा इत्यादि §	322
<u>षष्ठ अध्याय</u>	1. <u>विज्ञान भैरव का काश्मीर शैव दर्शन में स्थान</u>	380-386
	2. <u>पातंजल योग सूत्र एवं विज्ञान भैरव का तुलनात्मक अध्ययन</u>	387-410
<u>सातवां अध्याय</u>	<u>उपसंहार</u>	411-415
<u>सन्दर्भ ग्रन्थ - सूची</u>		416- 421



## प्राक्कथन

भारत और भारतीय संस्कृति की जितनी भी प्रशंसा की जाये उतनी ही कम है । इसने न जाने कितने इतिहास रचे । कितने युग बीत गये और प्रत्येक युग के अन्तर्गत कितने ही युद्ध हुये फिर भी यह वसुंधरा स्वर्ग के रूप में प्रतिष्ठित है और उपनिवेशवाद के पाश से बच निकलने के बाद आज भी इस पर विश्व की आंखें ॥ दृष्टि ॥ विभोजित ॥ अशान्त य ॥ करने पर टिकी हुई है । यह भी सत्य ही नहीं अपितु परमसत्य है कि अनेकता में एकता को लाने वाले इसमें केवल एक ही भाषा रही है एवं रहेगी, वह है, संस्कृत । यद्यपि आज के युग में इस पर अनेक सम्मेलन हो रहे हैं, अनेक विश्व विद्यापीठों का संचालन हुआ है, फिर यह उस रूप में पुनः नहीं लौट पायी है, जिस रूप में यह स्वतन्त्रता से पूर्ण थी । सभी में अपने मूल धर्म सनातन को हो रहे अन्या धर्म नुकसान को समझिये या वेदाध्ययन को हो रही हानि से बचने के लिए तब हमारे पूर्वजों ने इस विद्या का अध्ययन अन्य विद्याओं से कहीं श्रेष्ठ माना था । ऐसा करना वे अपना धर्म समझते थे ।

यद्यपि भारतीय संस्कृति में अनेक धर्म पुरातन काल में भी थे और आज भी हैं, परन्तु इन सबमें अधिकतर भारत को एक सूत्र में पिरोये रखने में काम किया भगवान वेद ने एवं सम्पूर्ण विश्व में प्रतिष्ठित भगवान श्री कृष्ण द्वारा अर्जुन को उपदेश की गई गीता के सन्देश ने । सभी पाश्चात्यों एवं पौर्वत्यों की आंखों पर बंधी हुई पट्टी को इसने खोल करके रख दिया है । इसमें ईश्वर चिन्तन के साथ ही साथ "निष्काम कर्म को भी प्रधानता प्रदान की गई है ।" इतना ही

1. कर्मव्येवाधि कारस्ते मा फलेषु कदाचन ।

मा कर्म फल हेतुस्त्वा माते सइ. गोऽस्तवकर्मणि ।। जी. 2/46





नहीं इसमें पर्यावरण को दर्शाने वाले मन्त्रों का भी प्रयोग हुआ है । जैसे कहा गया है कि "यज्ञ से वर्षा होती है और वर्षा से अन्न एवं अन्न से प्राण रक्ष" <sup>2</sup>

यद्यपि गीता में हमें कुछ वेदों से हट कर पढ़ने को नहीं मिलता, गीता में भी वही है जो वेदान्त में है, ईशावास्योपनिषद् में है उसमें भी कहा गया है कि "जो केवल ईश्वर ॥ ज्ञान ॥ का भजन करते हैं, उन्हें कभी मुक्ति नहीं मिलती और जो केवल कर्म प्रधान है, वह भी नरक में जाते हैं" <sup>3</sup> अतः दोनों कार्य ज्ञान-योग एवं निष्काम कर्मयोग मनुष्य को साथ-साथ करते रहने का उपदेश दिया गया है । दोनों को सह-सह करने वाला अमरपद प्राप्त करता है" <sup>4</sup>

यहां तक पर्यावरण की बात आती है, वैसे भी वेदाध्ययन के अन्तर्गत आयी हुई है यहाँ कहा गया है कि पर्यावरण अर्थात् वायुमण्डल से सुगन्धित पवन की प्राप्ति के लिए एवं शुभ दृष्टि के लिए मनुष्य को अधिकार्थिक गोधृतादि मिश्रित हवनीय जड़ीबूटियों, वनस्पती एवं औषधियों से युक्त हवनीय समिधाओं से युक्त को प्रज्वलित कर हवन करना चाहिये जिससे सम्पूर्ण भूमण्डल एवं मेघमण्डल प्रदूषण मुक्त हो जाता है और प्राणी रोगों से मुक्त होता है । जैसे कहा गया है कि

2. अन्नादभ्रान्ति भूतानि पर्जन्यादन्नसंभवः ।

यज्ञादभ्रान्ति पर्जन्यो यज्ञः कर्म समुदभवः ॥ गी० ७. ३१/१४

3. अन्धसमः प्राविशान्ति ये विद्यामुपासते ।

ततो भूयते इव ते तमो य उ विद्यायां रताः ॥ १०. १९

4. विद्यां चाविद्यां च यस्तद वेदोभ्य रताः

अविद्या मृत्युतीर्त्वा विद्यामृतमश्नुते ॥ - इ०वा०उप० मं० 9-10



"धृत सर्वश्रेष्ठ सर्वोत्तम औषधियों में औषधी है। इसे पीने से मनुष्य की वसा श्रेष्ठ हो जाती है। कमजोरी का नाश होता है। रोगों का कारण भी कमजोरी ही है। परन्तु विषय से सेवन करने का सिद्धान्त आयुर्वेद शास्त्रों ने दिखाया है। मनुष्य के साथ ही साथ जब इसे अन्तरिक्ष पीता है, तब अन्तरिक्ष के पी लेने से दिशाये प्रदिशाये, आदिदिशाये, विदिदिशाये, उदिदिशाये अर्थात् दसो दिशाओं के अवान्तर भेद 50 दिशाये सुस्वच्छ हो जाती हैं और इन दिशाओं से ऊपर छाता ताने दिखाई दे रहा अन्तरिक्ष भी बलवान होता है, जो बलवान होकर कीटनाशक, रोगनाशक वर्ण प्रदान करता है।" <sup>5</sup> इसलिए पंजाबी कहते हैं कि "सौ औषधी एक धयो, सौ चाचा इक पयौ" <sup>6</sup>।

यह तो आज के युग में स्पष्ट हो चुका है कि प्रदूषित धूयें से प्रदूषित वर्ण होती है। जिसका वर्णन इतिहास में तो है ही अपितु "गल्फ वार" & खाड़ी युद्ध ने भी स्पष्ट किया है। जिसे स्वयं भी देख चुका हूँ। जिसका वर्णन स्वयं लिखित पर्यावरण सम्बन्धित पुस्तक में विस्तृत व्याख्या कर चुका हूँ।

यहां तक धर्म की बात आती है, तो वह भी किसी से छुपी हुई नहीं है। प्रत्येक संस्कृति का रक्षक भी धर्म है एवं प्रत्येक संस्कृति का भक्षक भी धर्म ही बनता है। प्रत्येक को पहचान धर्म है।

5. उं धृतं धृतपावानः पिबतं पिबतं पावानः पिबतान्तरिक्षस्य  
हवि रसि स्वाद्य दिशः प्रदिशं आदिदिशं विदिदिशं उदिदिशं दिव्यः  
स्वाहा । - शु० य० वे० ५।० ६ अ ११

तेजोऽसि शुक्रमसि अमृतमसि प्रियं देवानाम्मलादृष्टदेवयजनमसि ॥ - शु० यजु० अ० ३०

6. "सौ चाचा इक पूयो सौ औषधी इक धयो" - पंजाबी कहावत ।



जब धर्म की बात आती है तो सभी राजनीतिक, सामाजिक एवं विश्व इसे कुदृष्टि से देखने लगता है ५ परन्तु ऐसा केवल भारतवर्ष में ही देखा गया है और वह भी केवल हिन्दु संस्कृति ही आलोचना का शिकार हुई है ५ परन्तु यह भी सत्य है कि हिन्दुओं ने कभी भी किसी भी देश को न धन के लालच से और न धोखे से और न ही डरा-धमका कर ओरों की तरह धर्मान्तरण करवा करके इतिहास को रचा है। यह संस्कृति इतनी भोली भाली थी, जितनी गाय । चारा डालो तब भी दूध देती है, भूखी रहे तब भी, ऐसा देखा गया है । परन्तु भैंस तब तक दूध नहीं देती जब तक भर पेट भोजन न कर ले ।

धर्म की शिक्षा का यहां तक प्रश्न है वह भी हमें उन्हीं प्रतिष्ठित एवं भारत सरकार को अनमोल रत्न तथा न्यायालयों में सचिव संकल्प लेते हुये जिस पर हाथ रखा जाता है उसी से मिलती है । उसी में कहा गया है कि - "किसी के धर्म से अपना धर्म कितना भी निर्धन एवं छोटा क्यों न हो वही श्रेष्ठ है । अपने धर्म में मरना स्वर्ग को प्राप्त करना है और धर्मान्तरण कर मरने वाला जीते जी एवं मरने के बाद भी भयावह जीवन व्यतीत करता है ।" 7 वह न तो जीते जी किसी के आगे गर्व से धर्म की व्याख्या ही कर सकता है जिससे आजीवन पर्यन्त मरते दम तक अपनी गलती के कारण बहुत बार अन्दर ही अन्दर शर्मिन्दा होता है । डोंगरी में कहावत है कि "सुबह का गया सांय को यदि घर वापस आ जाये, तो उसे गुमशुदा नहीं कहते अपितु भूला हुआ मार्ग भटका हुआ कहते हैं ।" 8

7. विष्णुः स्वधर्मः श्रेष्ठः परधर्मास्तुषिष्ठतात् ।

स्वधर्मो निर्धनः श्रेयः परधर्मो भयावहः ॥ - इति गीता ३/३५

8. "सवेरे दा गवाचा संजा घर आई जा ओ गवाचा न्ही होन्दा " ॥  
स्याने --- उसी भूलने दा आखे न ॥ - डोंगरी कहावत





परन्तु धर्म इससे थोड़ी जटिल समस्या है। यह वैसी ही है जैसे अपने कदमों से हटकर फिर उन्हीं कदमों पर विश्वसनीय होकर मनुष्य खड़ा नहीं हो सकता है जैसे मरने के पश्चात् मरने से पूर्व जैसा रूप प्राप्त नहीं होता है, जैसे बचपन जैसा मजा जवानी में और जवानी जैसा आनन्द बुढ़ापे में नहीं मिलता वैसे ही अचानक पशोपेश एवं बलात् धमन्तिरण करके पुनः लौट आने में भी मजा नहीं रहता है। उसी प्रकार जैसे ठीक दीवाल ॥ दीवार ॥ में दरार आने पर कभी पुनः वो अपने पूर्व स्तर तक नहीं पहुँच पाती है। चाहे लाख कोशिशें भी क्यों न की जाये उसे तोड़कर ही एक रूप किया जा सकता है। ऐसा नहीं है कि रोग है तो उपाय नहीं है। रोग भी है उपाय भी है। परन्तु ये सब बुद्धिजीवी वर्ग के हाथ में ही है या धनाढ्यों के पास है। इसलिए कहा है कि "यिन विचारे जो करे सो पाशे पशताये, काम बिगाड़े अपना जग में होत हंसाये ॥" और जो गलती करते हैं, उन्हें धर्म बिल्कुल समाप्त करके रख देता है।<sup>9</sup> जो धर्म पर चलते हैं वे सदा अमर रहते हैं। उनका सम्मान होता है, पहचान होती है, एक अलग समाज होता है। जैसे उद्यान की शोभा एक फूल नहीं होते अपितु भिन्न-भिन्न रंग-बिरंगे फूलों से भिन्न-भिन्न जातियों के पुष्पों से जैसे उद्यान देखने वालों को भाव विह्वल आनन्द किमोर कर देते हैं, ऐसे ही विभिन्न-विभिन्न जाति एवं धर्मों के लोगों से संस्कृति का भी अपना ही महत्व है।

---

9. धर्म एवं हतो हन्ति धर्मो रक्षति रक्षकः ।

तस्माद्धर्मो न हन्तव्यो मा नो धर्मो हतोऽवधीत ॥



इन सब प्रकार की घटनाओं को देखकर एवं इन सबके विषय में सुनकर पढ़कर आये दिन अमुकामुक स्थान पर दिये हुये अमुक स्थान अमुक वर्ग ने हिन्दुओं के धर्म को ठेस पहुँचाई और हँगा हुआ अमुक मारा गया, ये सब क्यों होता है और विशेषकर हिन्दु समाज के साथ ही क्यों हो रहा है । यदि ये लोग इतनी पहुँच वाले हैं और सत्य हो इन्हें अपने प्रभु की प्राप्ति हो चुकी या ये सब वास्तविक रूप से जानते हैं तो ये ऐसा शर्मनाक लज्जाजनक समाज को ही नहीं बल्कि सम्पूर्ण विश्व को हिलाकर उद्वेलित करके रख देने वाली घटनायें क्यों करते हैं ? क्यों धर्मन्तरण कराते हैं ?। यह यदि मानव को सेवा ही करना चाहते हैं, तो अवश्य करें, परन्तु गीता के सन्देश की तरह निःस्वार्थ करें । परन्तु ये सब सेवा न होकर स्वार्थ साधक है । इन्हें प्रभु की प्राप्ति स्वयं नहीं होती, परन्तु अपनी चिट्ठुटी बातों में फँसाकर जादुई नाटक दिखाकर अपने धर्म के झूठे उपदेश से लोगों के अन्दर धार करके उन्हें ताम, दाम, भेद एवं दण्ड नीति तथा धमोपधा का मोपधा एवं भयोपधा के माध्यम से अन्ततः अपना ओर आकर्षित करने लगते हैं । जब ऐसा होता है और चौर नहीं कचौर जब ऐसी हरकतें करते हैं, तो श्रेष्ठ धार वालों के हृदय में वेदना न हो ऐसा नहीं हो सकता । यही कारण होते हैं कि अन्ततः विनाशकारी ताण्डव नृत्य देखने को मिलता है और लोगों को जिन्दा जला दिया जाता है । कोई नहीं चाहता कि दो भाई आपस में मिलकर रहें । सभी को खतरा रहता है, उनके परस्पर मिलकर रहने से । क्योंकि शास्त्र ही कहते हैं कि "एकता में बल है" । इसलिए पुनः पुनः प्रयास होता है कि जैसे कैसे भी हो इन्हें तोड़ा जाये चाहे भाई हो या देश । परन्तु हमारे शास्त्रों का उपदेश है कि दो भाईयों को जोड़ने वाला महान होता है । ऐसा करने वाले को शर्मिन्दगी भी क्यों न उठानी पड़े, उसे सहर्ष



उठानी चाहिये उससे उसको स्वर्ग मिलता है । केवल दो भाईयों को ही नहीं

कहीं भी दन्तही रहा हो उसे छुड़ाना चाहिये । अभी कुछ वर्ष पूर्व  
खाड़ी में स्वार्थ परायण देशों की लड़ाई हुई और उसमें सबसे अधिक हानि बेगुनाहों  
को जीने की आशा लगाये बैठे लोगों को उठानी पड़ी । धनाढ्यों का क्या जाता  
है उन्हें अपना धोस की आवश्यकता है, जरूरत है । वे तब तक ऐसे धिनोने  
अमानवाय खा खेतें रहते हैं जब तक उनका स्वार्थ सिद्ध नहीं हो जाता । एक  
कुछ देश आनन्द ले रहे हैं तो एक तरफ क्यूबा को आज भूखमरी का सामना  
करना पड़ रहा है । केवल क्यूबा ही नहीं आपतु अफ्रीकन देश भी हैं । कहीं  
के राजा को लेकर लड़ाई है तो किसी के बढ़ते हुये आर्थिक एवं वैज्ञानिकी विकास  
को लेकर लड़ाई है । जिसकी चक्की में स्वयं अपना देश भी पिस रहा है । आज वह  
युग है जो घोर सौनाजोरी करता है वही बड़ा विद्वान एवं बुद्धिजीवि है ।  
स्वयं आयोगों को गठित कर स्वयं उनका उल्लंघन करें तो कोई अन्तर नहीं,  
यदि कोई निर्वल करे तो उसे प्रभुत्व सम्पन्न देशों के आक्रमण का सामना करना  
पड़ता है । आज वही लोग एवं देश आक्रमण कर रहे हैं जो मानवता की दुहाई दे  
रहे हैं । एक तरफ मानवाधिकारायोगों को गठित किया जाता है, दूसरी तरफ  
स्वयं उन्हीं के देश नागरिकों पर आक्रमण कर रहे होते हैं । आज किसी से  
कोई बात छुपा हुआ नहीं है । अनुसन्धान तक युगोस्लाविया में बमबारी से  
हो रही वर्तमान थी । कोई नहीं कहता कि हे मनुष्यों आप जिस देश  
में रहते हो वही आपका हितचिन्तक राष्ट्र है । प्रेमपूर्वक शान्तमय वातावरण  
में अपनी कम जनसंख्या को देखी हुये निजकुल कर रहना । अपितु उल्टे उनको  
भुंकाने का कोशिशें होती हैं । उन्हें धन अन्न के स्थान पर हथियार वितरण





होते हैं। सम्यक् शिक्षण के स्थान पर लड़ाई की शिक्षा दी जाती है। भाईचारे के सन्देश के स्थान पर भेदभावमय वातावरण को उत्पन्न करने वाली विषमय विनाशकारी बिना हथियारों के ही विनाश लीला को रचाने वाले छोटिया धिसौने बलात्कारी जैसे पाठों को पढ़ाया जाता है। प्रजा कोई अपराध करे तो दण्ड दिया जाता है और राजा छोटाले एवं सार्वजनिक बलात्कार भी करे तो उन्हें सम्मान दिया जाता है और इतना ही नहीं बल्कि त्रासदी के शिकार हुये लोगों को ही दोषी भी घोषित किया जाता है। एक युग था और आज भी भारतवर्ष का इतिहास इस बात का साक्षी है कि एक भारत ही ऐसा देश रहा जिसने धर्म का हमेशा पालन किया जो कहा और प्रण किया, उसको निभाया। उसके लिए वारे प्राज्ञों की भी बाजी ज्यों न लगानी पड़े। "वही सिकन्दर एवं उसकी पत्नी तथा वही पोरस जिसने अपने परम पुत्र एवं राज्य के विनाशक शत्रु सिकन्दर को धर्म द्वारा निर्धारित भूमि के रक्षा बन्धन को दृष्टिगोचर होते ही पराजित शत्रु को मृत्यु दण्ड के स्थान पर उसे छोड़ दिया।<sup>10</sup> वही सत्यवादी राजा हरिश्चन्द्र जिसने संकल्प में सब सत्य सिद्ध करने के लिए स्वयं शमशान में सेवा कर्म किया और कर्म से निर्लिप्त रहा। इतना ही नहीं बल्कि भारत एवं भारतीय संस्कृति इससे भी महान है एवं महा महिमा मण्डित जिसकी चर्चा आज विदेशों में भी हो रही है अभी पिछले दिनों फरवरी 1999 की बात है कि अमेरिका के राष्ट्रपति श्री क्लिंटन के ध्यान को प्रकाशित करते हुये "पंजाब केसरी" समाचार पत्र ने लिखा था कि "मैं १ क्लिंटन १ कभी भी ऐसी



शर्मनाक एवं गलत नहीं करता यदि मुझे आचार्य रजनीश के द्वादश भैरव  
 तन्त्र की प्राप्ति पढ़ने को पहले मिल गई होती और अब इसे पढ़ लेने के पश्चात्  
 मन करता है कि मैं जब कभी राष्ट्रपति पद की जिम्मेवारी से दूर होऊंगा अवश्य  
 ही उस धरती पर सार्थकता के लिए जाऊंगा, वहाँ ऐसी रचनाएँ रची गई । यह  
 उस व्यक्ति के वचन हैं जो पूर्ण विश्व में मोनिका लेविंस्की ॥ अमरीका की  
 सामान्य महिला ॥ के साथ यौन सम्बन्धों के कारण चर्चा में घिरा एवं जिसे  
 सबसे बड़े अपराधिक दण्ड महाभियोग का सामना करने की स्थिति पैदा हो  
 चुकी थी । यद्यपि उसके देशवासियों ने देश की उन्नति जैसे कार्यों को देखकर  
 उसे भुला दिया एवं क्षमा किया परन्तु क्षमा से कहीं अधिक अन्दर ही अन्दर  
 दण्ड भुगत चुके थे । इतना ही नहीं आज यत्र तत्र सर्वत्र अनेक श्वेत देखे को मिलते  
 हैं जिन्होंने "हरे रामा हरे कृष्णा " धर्म को स्वीकार कर लिया है और  
 "इस्कान " के अनुयायी बन चुके हैं । यज्ञोपवीत एवं सिर पर शिखा धारण किये  
 माथे पर गोणी चन्दन का लेप भरबस उनके शाश्वत धर्म के प्रेम को प्रकटित करता  
 है । आज वेदों पर अनुसन्धान हो रहे हैं । कुरुक्षेत्र की रज का परीक्षण हो रहा  
 है । गुणातीत द्वापर युग में महाभारत युद्ध के दौरान किये गये अस्त्र शस्त्रों से  
 रक्त रंजित मिट्टी विदेशों की अति संवेदनशील एवं महत्व की दृष्टि से अति  
 महत्वपूर्ण प्रयोगशालाओं में आज भी विरामान हैं । आज भी भगवान श्री गणेश के  
 सिर को लेकर विज्ञान वैज्ञानिकों को लज्जित कर रहा है ।



महारत्नद्वारा का अर्थ सिर किसी से छुपा नहीं है । एक नहीं ऐसे अनेक उदाहरण हैं जो इस देश को चार चांद लगाते आये हैं और लगाते रहेंगे । केवल अन्तर इतना ही है कि जो भी कोई यहाँ विशेष उपलब्धि प्राप्त करता है । उसे विदेशी अपने धन दौलत की अपार सम्पदा का लोभ देकर एवं उसे आगे और अनुसन्धान के लिए प्रेरणा देते हुये अपने-अपने देशों में ले जाते हैं और यहाँ फिर उनका अकाल पड़ जाता है, बच जाते हैं वे लोग जिनके पास धन नहीं होता । ऐसा ही दृष्टान्त अभी कुछ समय पूर्व नोबेल पुरस्कार से सम्मानित विश्वप्रसिद्ध अर्थ शास्त्री डॉ० अमर्त्य सेन के विषय में पढ़ने को मिला जिन्हें पहले पहले विदेशों ने जाना और तदनन्तर भारत सरकार ने भी सम्मान दिया । परन्तु क्या भारत सरकार या हमारे विशेषज्ञ इतने कमजोर हैं कि वे उनकी वास्तविकता को नहीं पहचान सके । ऐसी भी एक नहीं अनेक गुथियाँ हैं जो आज सुलझ नहीं पा रही हैं ।

यहाँ तक देश की बात आती है यह सभी देश एवं रेडियों से विमर्श को सुनने में मिलता है कि भारत में काला बाजारी एवं घूसखोरी की कोई सीमा नहीं है । भारत के पास बहुत धन है पर विदेशों में है । संयुक्तराष्ट्र की अवहेलना की तरह ही यहाँ भी अमेरिका जैसे अनेक नेता मिल जायेंगे जो स्वयं ही कानून बनाकर कानून का उल्लंघन कर रहे हैं । सबसे बड़ा भ्रष्ट यदि कोई मिलेगा तो वह देश का कोई नेता ही होगा । जिसके कोष का शिकार साधारण जनता बन रही है । किसी के पास अतुल सम्पत्ति है, तो किसी के पास रोटी का एक टुकड़ा भी नहीं । किसी के पास देश में खाली पड़े भवनों की तरह विदेशों में भी बहुमूल्य भवन हैं, तो किसी के पास घास-फूस की छत भी नहीं है और यहाँ किसी के पास खेती योग्य खाली पड़ी बहुमूल्य रत्न उत्पन्न



२२/१०/७३

करने योग्य भूमि है तो किसी उद्यमी के पास एक फुट भी नहीं। इतना ही नहीं इनसे अतिरिक्त भी बहुत सी ऐसी बातें हैं तो मनुष्य को चिन्तन के लिए भरबस ही विवश करती हैं। कोई चिन्तनशील इनसे जुड़ जाता है तो कोई जानकर भी मुँह मोड़ लेता है। ऐसा ही मेरे साथ भी हुआ कि मैं तब भी जाना लोगों को समस्याओं से घिरा पाता और सोचने लगता कि हे भगवान ! ग्रामीण वासी लोग कहते हैं, अमीरों को कोई दुःख नहीं होता, जो भी दुःख है भगवान ने गरीब निधन के लिए ही उत्पन्न किये हैं। परन्तु यह बात बिल्कुल असत्य अनुभव हुई। अमीरों को गरीबों से कहीं ज्यादा दुःख हैं। रात को चैन की नींद नहीं, लुटेरों से डर और बिमारियाँ भी ऐसी लगती हैं कि निधन कभी सोच भी नहीं पाता। यह वही समझ सकता है जिसने इसे गहन चिन्तन से देखा हो। मुझे ऐसा अवसर उसीलिए मिला कि मेरे पास भगवान का दिया हुआ ऐसा यन्त्र था, जिसकी निधन के साथ ही साथ धनी को कहीं अधिक आवश्यकता थी। यह बात दूसरी है कि स्वयं मुझे कुछ अकुलीन धनाद्रियों से <sup>धृष्ट</sup> रही, परन्तु लज्जाशील श्री सम्पन्न सदा मेरे हृदय में निवास करते रहे और कभी भी मैंने किसी के धन की ओर नहीं देखा कि मैंने इनका काम किया और मुझे इतना मले अर्पितु यही कि जो मेरा कर्म था वो मैंने किया यदि मैंने लग्न से किया होगा और निःस्वार्थ परयाण होगा तो जरूर मिलेगा, यहाँ नहीं तो अगले जन्म में सही, परन्तु जरूर मिलेगा जिसका ज्ञान हमें गीता से भी मिला और गीता के पढ़ने के पश्चात् सकल अन्धकार तो नहीं परन्तु अत्यधिक अन्धकार दूर हुआ और प्रकाश मिला। उसी भगवान की कृपा से यह सोचने का एवं अनुसन्धान करने का भी सुअवसर मिला गया। अन्यथा कहाँ अत्यधिक निधन परिवार में उत्पन्न होकर पढ़ना एवं





तदनन्तर अध्यापकों एवं कर्मकों § 188 § के कोष का स्फिहार होना, विद्या में और घर के हाजात में भारी अन्तर होना घर की सकल जिम्मेवारियों को उठाते हुये कुलशील के मान सम्मान को बनाये रखने के लिए जीवन भणवान को आर्षित कर देना और अपनी प्रतिज्ञाओं को मन में रखते हुये विद्या छोड़ना, छोड़कर फिर शुरू करना न जाने कितने उतार चढ़ाव आये यही कारण है कि यहां मुझे 27-28 वर्ष का ही आयु में विद्यावारिध § पी०एच०डी० कर लेनी चाहिये थी वो आज में 34 वर्ष की अवस्था में करने जा रहा हूं ।

मुझे आज भी वो दिन याद हैं जब मेरे दादा पं० शिवराम जी ने अपने छोटे पुत्र मेरे चाचा शास्त्री सत्यपाल जी से कहा था कि है सत् । इसी शहर लेई जा उत्थें इसी रघुनाथ पाठशाला या कुदें संस्कृत पढ़ने आली पाठशाला दाखिल करायीं ताके ऐ पाण्डित बना जा । दादा जी की बड़ी दूरदृष्टि थी क्योंकि उन्होंने <sup>जी</sup> एक इतिहास रचा चाहे वह प्रकाशित नहीं है परन्तु आज भी ग्रामीणवासी उनकी निःस्वार्थ सेवाओं को स्मरण करते हैं । वे महान कर्मकाण्डज्ञ थे और उत्तम वैद्य भी परन्तु एक सकल वैद्य होने के पश्चात् भी उन्होंने कभी किसी से दवाई के पैसे नहीं मागे यह विद्या उन्हें अपने पिता पं० गंगाराम जी से ग्रहण की थी जो दादा जी से भी अत्यधिक सिद्धहस्त थे । जबकि कर्मकाण्ड एवं संस्कृत के प्रात हमारा वंश सदा पूर्वकाल से सेवारत है (क्योंकि पं० गंगाराम जी के पिता स्व० पं० जल्लाराम ज्योतिष एवं संस्कृत के प्रकाण्ड पण्डित थे जिनका जन्म जसरोटा राजधानी जो कि उज्ज दरिया कठुआ § जम्मू व कश्मीर के निकट § यहां हुआ था और काशी से पढ़कर आये थे । इन्हें राजगुरु की उपाधि प्राप्त थी । राजभार्यों एवं राजाओं के अन्तर्द्वंद्वों के कारण काल



कबाला होने पर वह राजधारी आर्य अवशेषों के रूप में आज भी विद्यमान हैं।  
 वहाँ बने महल एवं बरकोटे जोर्ण शोर्ण मन्दिर मौजूद हैं। जिनका पुनरुद्धार  
 जसरोटिया कर रही है, परन्तु हमारे लिए केवल इतिहास है। यह सब जानकारी  
 हमें अपनी प्रदादी जी से मिलती। हमें वो कुल इतिहास सुनाती अपनी खोई हुई  
 सम्पदा एवं तदनन्तर पुनः पुनः <sup>उधम</sup> से प्राप्त धन एवं आवास के विषय में  
 बताती और हमें भी अपने ससुर एवं पति के विचित्रों पर चलने के लिए प्रेरित  
 करता। यही कारण रहे जिनके कारण स्वरूप मन में बढ़कर कुछ उपलब्धि हासिल  
 हो, जिसे प्राप्त करने के लिए दादा जी ने अपने छोटे पुत्र के हाथों अर्पित कर  
 भेजा और जिन्होंने यथा तथा आशाकारी होकर आज्ञा का पालन किया, जिसका  
 नुकसान शुरू - शुरू में मुझे ही उठाना पड़ा, परन्तु वे हार्निन अरु मुझे हार्निन न  
 लगकर लाभ ही दिखाते देते हैं। वे हार्निन थी, मैं आठवीं उत्तीर्ण करके आया  
 था और मुझे संस्कृत का किंचिद्मात्र भी ज्ञान नहीं था और उन्होंने मुझे प्रथमा  
 प्रथम वर्ग की कक्षा में § छठी कक्षा में § तत्काल 1979 में श्री रघुनाथ मन्दिर  
 पाठशाला में प्रवेश दिला दिया और वहीं स्थित छात्रावास में भी रहने का प्रबन्ध  
 किया। आरम्भ में तो मुझे संस्कृत सीखने से ही <sup>समय</sup> नहीं मिल पायी कि मैं  
 जान सकूँ कि मैं कौन सी कक्षा में हूँ। परन्तु जब तक जान पाता तब तक देर  
 हो चुकी थी। फिर भी मुझे जम्मू के महामहिम पण्डितों विद्वानों से विद्या  
 प्राप्त करने का जो सुख एवं सुन्दरा अवसर मिला वो शायद आज किसी को  
 मिल सके, इनमें थे मेरे प्रातः स्मरणीय गुरुओं में व्याकरण के आचार्य परशुराम जी  
 शास्त्री, पं० मूलराज शास्त्री, वेदज्ञ <sup>पं०</sup> विशतम्बर दत्त जी शास्त्री एवं ज्योतिषज्ञ  
 श्री पूर्णचन्द्र जी शास्त्री। यहाँ सामान्य विद्या के साथ-साथ कर्मकाण्ड एवं  
 वेदाध्ययन का विशेष प्रबन्ध था और माध्यम भी संस्कृत था। तभी एक दिन जब



प्रथमा द्वितायः वर्षी को कक्षा उत्तीर्ण को तो, अपना दुःख अपने परम गुरु श्रीप्राचार्य पं० मूलराम जी से व्यक्त किया और उन्होंने तत्काल बनारस हिन्दू विश्वविद्यालय से सम्पर्क तोड़कर केन्द्रीय विद्यापीठ से सम्पर्क जुड़ जाने पर मुझे अकेले ही पूर्व मध्यमा का प्रथम वर्ष की कक्षा में बिठा दिया। जब वहाँ दो वर्ष पूर्ण हुये तो मैंने तत्काल केन्द्रीय संस्कृत विद्यापीठ शास्त्री नगर में जाने की ठान ली और अपना प्रमाणपत्र ले लिया तो गुरु जी को तब बहुत दुःख हुआ और वे कहने लगे कि पुत्र तू जा रहा है हमने तुझे विद्वान बनाने की सोची थी। यदि तू रहता तो हम तेरे लिए आगे भी कक्षा बिठा सकते हैं। परन्तु देखा कि वह भी कुछ माह के पश्चात् ही विद्यापीठ के चूड़ामणि विभागीय द्वारा बुला लिये गये हैं। तब मुझे बहुत प्रसन्नता हुई। परन्तु विद्यापीठ के वातावरण को देखकर लगने लगा कि अहाँ हमें सब संस्कृत में पढ़ाया जाता था। यहाँ तो संस्कृत दूर हिन्दी में भी पढ़ाने से मन रूचिन्त चुराते हैं। तदनन्तर अभ्यास को वैसा ही बनाये रखा और अपने गुरु के शब्दों को, जो कानों के द्वारा पा लिये गये थे, उन्हें मन में बैठे के वैसे अनुसूईया के रेखांश वस्त्र को तरह कभी न मलिन होने वाले शब्दों को ताजा रखा। परन्तु वहाँ की राजनीति को मैं नहीं जान सका तभी शास्त्री प्रथम वर्ष की परीक्षा में जिसे देने से पूर्व एवं पश्चात् अनेक योजनाएँ बनाई थीं, सबसे आगे निकलने के लिए प्रयास किया था और निकला भी तभी उसी परीक्षा परिणामों के दौरान मेरे छोटे दादा जी की मृत्यु हो गई जबकि बड़े 1930 में स्वर्ग सिधार चुके थे। परीक्षा परिणाम आया, परन्तु उनमें मेरा परिणाम लिम्बित था। पांच पत्रों के परिणाम को देखकर गुरु लोग बड़े खुश थे, सभी से ज्यादा अंक प्राप्त किये थे कि महाभाष्य का परिणाम नहीं आया। इधर चाचा जी से मनमुटाव, घर पर आर्थिक तंगी ऊपर से जीवन को सादेसति सबने मिलकर जीवन <sup>जिम्मे</sup> ~~दबा~~ ही की

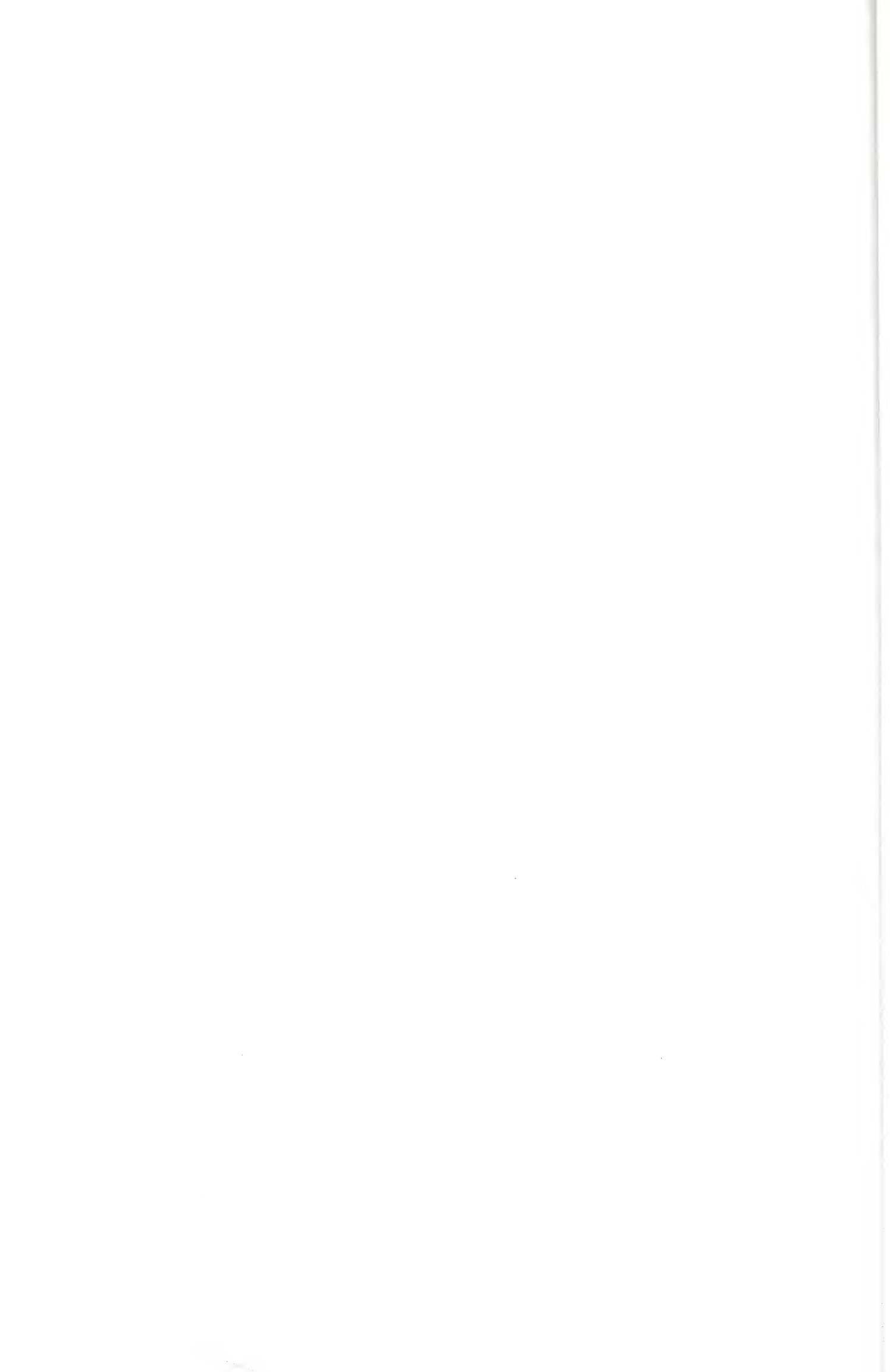


और धकेल दिया । चार माह के लम्बे समय के दौरान किसी सहायी से पता चला कि जाय चाहे दिल्ली से हो आये हो आपकी उत्तरपुस्तिका को किसी कर्क ने छुपाया था । परन्तु तब तक देर हो चुकी थी, स्वप्न, स्वप्न ही रह गये । और मैं गाँव चला गया । वहाँ भगवान शालीग्राम जी की पूजा करता और उन्हीं के आगे रोता तभी एक दिन भगवान ने बौद्धिक बल प्रदान करते हुए विश्वविद्यालय जम्मू ११वीं १ से शास्त्री उत्तीर्ण करने के लिए प्रेरित किया और कठिन अभ्यास के पश्चात् १९९२ में शास्त्री उत्तीर्ण की। कहाँ १९८७ और कहाँ १९९२। इस लम्बे समय के दौरान दुनिया को पढ़ने का सुअवसर मिला और विशेषकर ज्योतिष ज्ञान मिला, जिसका बीज जम्मू के प्रसिद्ध ज्योतिषज्ञ पूर्णचन्द्र जी ने डाला था और अंकुरित हुआ था, परन्तु गरीबी ने इसे सीखने नहीं दिया, क्योंकि गाँव में ऐसा कोई नहीं था, जो सिखाता । शनिः शनिः ज्योतिष की पुस्तकों का अध्ययन करते हुये इसे सोखा गया । क्योंकि मेरे चाचा भी यही काम करते थे । एक बार की बात है कि किसी महाशय ने पूछा यह कौन है ? और क्या कर रहा है ? तो उन्होंने परिचय करवाते हुये कहा कि यह <sup>स्तारों के</sup> अमुक है और संस्कृत पढ़ रहा है । तब महाशय ने कहा कि संस्कृत पढ़कर क्या करेगा तो उस महाशय जी ने उत्तर दिया , "लार्ड्स स्पायल" ११ जिन्दगी बेकार ११ । सुनकर दिल को ठेस तो पहुँची, लेकिन मन ही मन सोच लिया कि अब बिना किसी की सहायता के लिए कुछ करना होगा, अन्यथा ऐसा न हो कि कुछ बनने के स्वप्न एवं संकल्प <sup>सह कीर्ति</sup> तथा इनकी बात चरितार्थ हो जाये । घर बैठे कर्मकाण्ड, ज्योतिष पूजा-पाठ करना, करवाना, सब किया, करवाया और आज करवाने की अपेक्षा करने तक सीमित है और उसी के साथ ही साथ आज एम०ए० संस्कृत में भी अत्यधिक संघर्ष





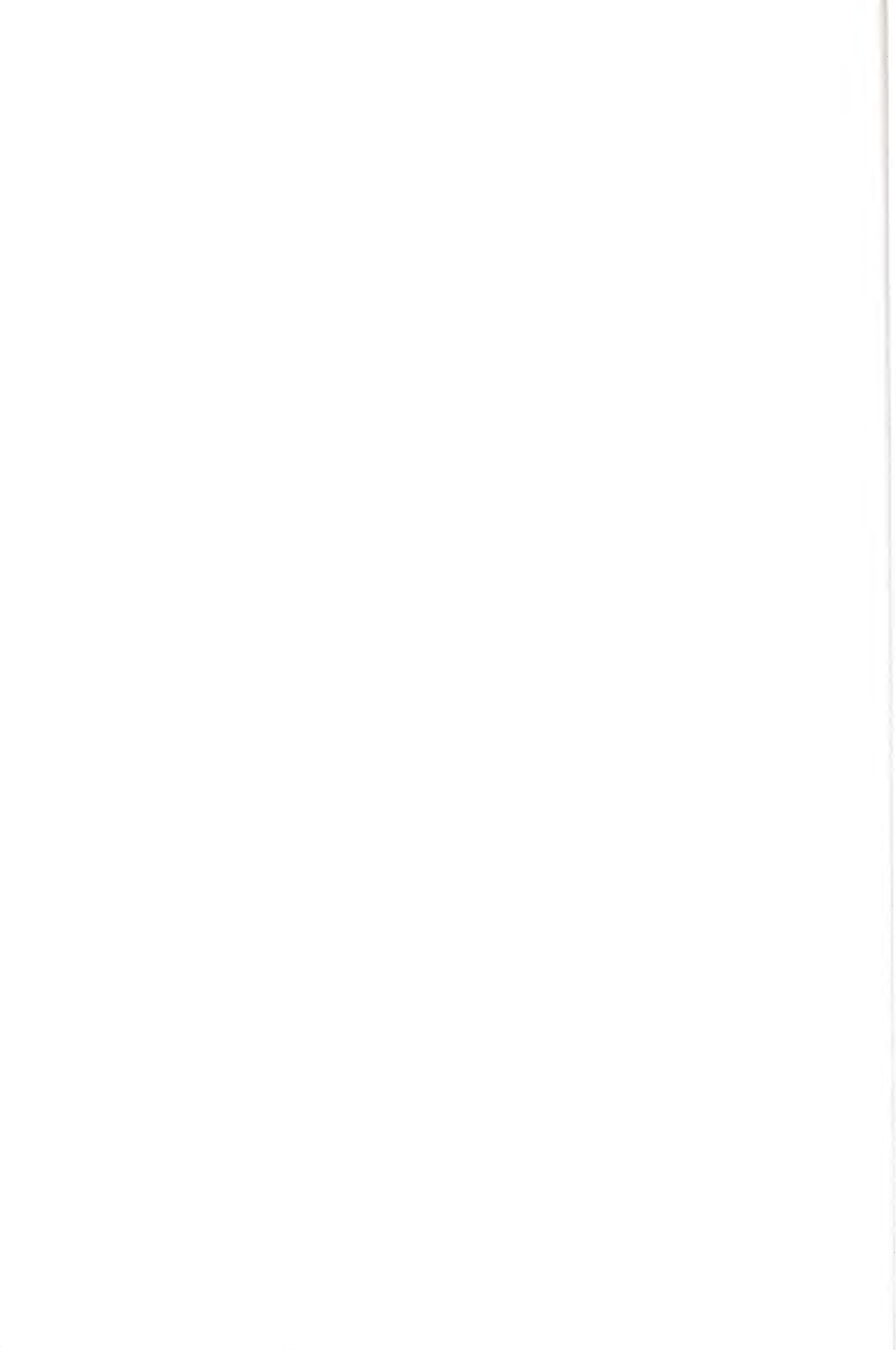
के बाद स्थान मिल गया । यह सब भगवान की पूजा का ही फल है । ऐसा इसलिए कि हमारे पृथ्वी की दो सत्रों अस्थायी प्रवेश से दिये एवं बिना वारणाम आये करते हुये तथा उस परमात्मा के स-योग से, बिना विद्वान् के स्थायी प्रवेश मिलना सुखद एवं आश्चर्यजनक घटना थी । ऐसा तभी सम्भव होता है जब प्रभु को कृपा होती है । कहते भी हैं कि वह अपने भक्त के काम स्वयं करते एवं करवाते हैं यहाँ भी ऐसा ही हुआ, क्योंकि विभागाध्यक्ष ने इन्कार कर दिया था । उ लक्ष्मण के द्वारा किया और नया कानून बना, क्योंकि हमारे हमारे करने के बाद वो कानून पुनः रद्द हो गया) । ऐसा पहले कभी भी नहीं हुआ था । इस बात ने मुझे दार्शनिक विचारधारा की ओर पूर्णतः मोड़कर रख दिया जिसके कारण स्वरूप ईश्वर पर, जबकि पहले भी विश्वास था, परन्तु ओर अत्यधिक बढ़ जाने में विषय भी दर्शन ही चयन किया और उसी में डूब गया । लोग परीक्षा उत्तीर्ण करने के लिए प्रवेश लेते हैं और उसी में सकलता को सकलता मानते हैं, परन्तु हमारे करते हुये मैंने दर्शन को कदापि उत्तीर्णात्मक दृष्टि से नहीं पढ़ा । हमेशा उसे अपनाकर जीवन को सकल बनाने हेतु पढ़ता । बस से गाँव जाते, गाँव से आते । शिवसूत्रों का चिन्तन चलता, जहाँ लिखा था कि यह शरीर ही हवन है, इसे ही आहुत करना चाहिये । सभी विद्याओं की जननी वेद हैं । सभी रहस्यें उसी में हैं तथा यह भी पढ़ने को मिलता की मन्त्र के अनेक अर्थ होते हैं । परन्तु यह सब तभी सम्भव होता जब इनका अध्ययन किया जाये और चिन्तन किया जाये । सुनने मात्र से विद्या नहीं आती । यह जानकर एक ऐसा जीवन जो पहले ही कर्म से पूजनार्थ तो करता था, जबकि अन्तःकरण से भी पूजन करने लगा । तभी मन में सोच थी कि यदि



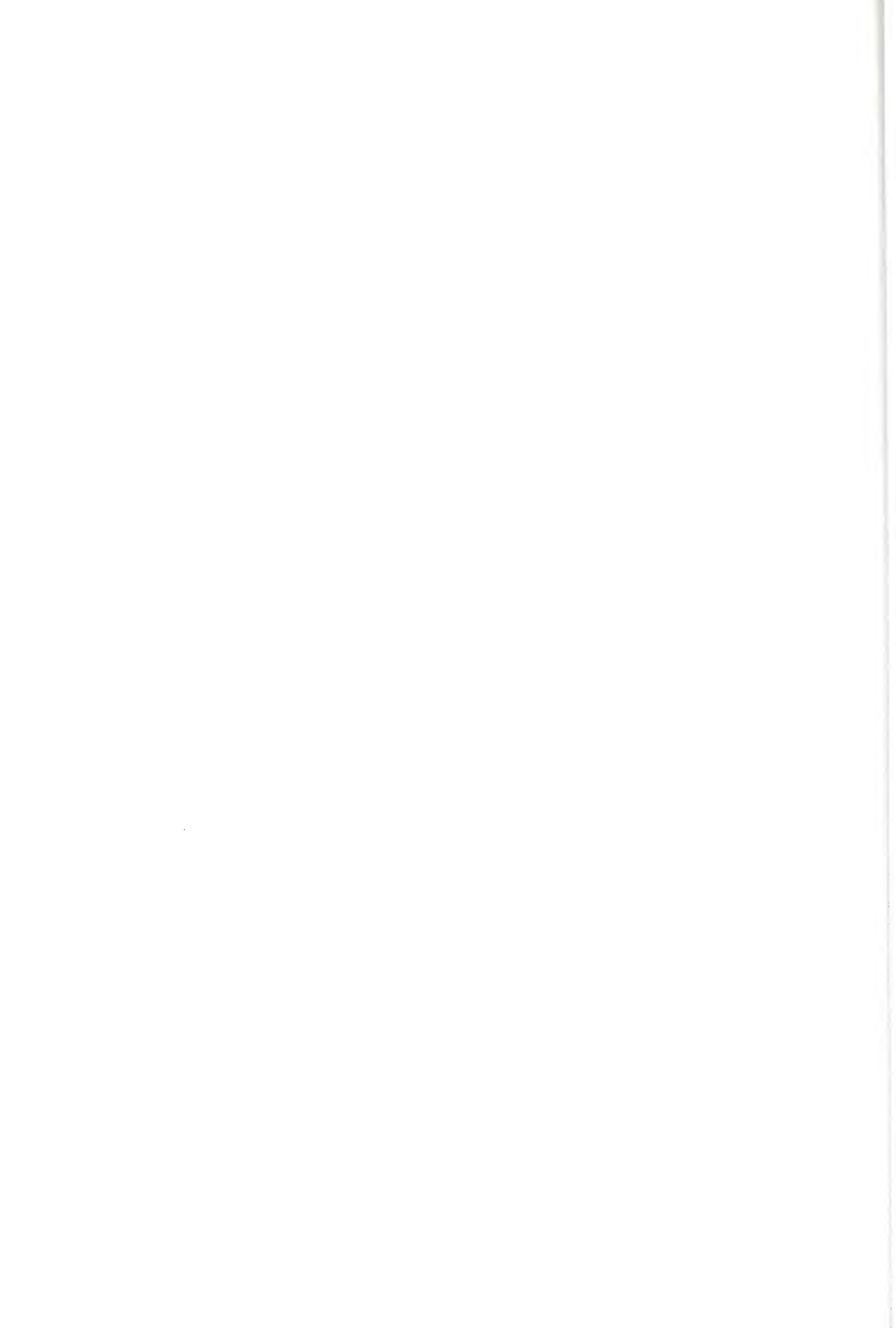
उत्तीर्ण हुआ तो नौकरों के बजाय पी०एच०डी० करूंगा । यह संकल्प मैंने 1985-86 में ही लिया था १) परन्तु आगे आई आंधी-तूफानों ने हिलाकर रख दिया था । परन्तु चित्त ने कभी हार नहीं मानी और अन्ततः 1993 में एम०ए० में प्रवेश हुआ 1995-96 में एम०ए० में विश्वविद्यालय ने स्वर्णपदक प्रदान किया और उसके बाद तत्काल पी०एच०डी० में प्रवेश लिया जिसके लिए मुझे विषय चयन में देरी नहीं लगी और ऐसी प्रेरणा को तत्त्व करने में मेरे गुरु डॉ० जागीर सिंह जी का सहयोग रहा । पहले से ही घर बनाये बैठे योग का चयन किया, योग का चयन केवल शिव सूत्र ही नहीं थे, मुख्यतः प्रातःकाल योगदर्शन था । इन दोनों में अन्तर यह था कि शिवसूत्र केवल आध्यात्मिक परक थे, जबकि प्रातःकाल योग सूत्र आध्यात्मिक विद्या के साथ ही साथ यम नियमों के माध्यम से सामाजिक जगत की समस्याओं को भी दर्शाते हैं। ये सूत्र एवं नियम भारत और भारतीय संस्कृति को चार चांद लगाने वाले हैं, यदि इनका परिपालन हो सके । ऐसा मन ही मन विचार उभरता, उत्पन्न होता और आगे ही बढ़ता ही जाता । कभी अहिंसा को तो कभी सत्य अपनी ओर आकर्षित करता और आज उत्पन्न हो रहे हृदय विघात एवं दिमागीय विस्फोट के विषय में सोचने को विवश करता । कभी स्वाध्याय अपनी ओर झुंक्त करते हुये कहता कि मेरा अर्थ केवल -इन्द्रादि देवताओं की उपलब्धि या पुण्यवाद एवं मूलसूक्त या स्वस्त्यसन का पाठ नहीं है अपितु स्वयं जीवन का अध्ययन, भौतिकवाद का अध्ययन, समाज, उत्पन्न हो रही समस्याओं का अध्ययन एवं किता भी विषय को तें तें आध्यात्म के साथ - साथ उस विषय की पारंगतता

शरीरं हविः । शि० सू० १२॥ सू० ३

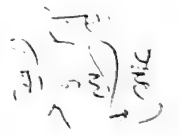
विद्या शरीर सत्ता मन्त्र रहस्यम् । शि० सू० १०॥ सू० ३



का नाम ही इष्ट प्राप्ति है । इष्ट का अर्थ लक्ष्य होता है देवता का अर्थ दिव्य गुणों से युक्त होता है यह अदाय नहीं है । यही मेरे विचार निम्न रूप से मुझे अन्दिन्द्र में धसोते और जब तक इनका विवेचन नहीं हो पाता, तब तक सन्तोष नहीं मिलता । यही कारण है कि इन धर्म नियमों के अन्तर्गत वे ऐसे तत्व मौजूद हो नहों आमतु अनुसन्धान करने योग्य हैं, जिनसे समाज सुरक्षित रह सकता है। बलात्कार जैसी घटनाओं पर अंकुश ही नहीं, अपितु ऐसी घटनाएँ उत्पन्न ही नहीं होंगी । इस द्वारा विनाश से विश्व बच सकता । ब्रह्मचर्य इन्हीं बातों के कारण महत्वपूर्ण विषय है, जिसका अर्थ केवल आज के युग में अविवाहित होना माना जाता है । यह समाज को कमजोर है कि बिना गहन अध्ययन के सुनी-सुनाई बातों पर विश्वास करने लगता है । शास्त्र ही कहते हैं कि ब्रह्मचर्य द्विविध है। गृहस्थ के नियमों का पालन करने वाला भी ब्रह्मचारी कहलाता है, जो अतुकाल में ही जो स्वस्त्री से क्रीड़ा करता है । जब ऐसी नैतिक शिक्षा और इस युग के अत्याधिक स्खलन, पतन एवं अनैतिक रूप से विनाश से होने वाले रोगों के विषयों पर समाज को जानकारीयां उपलब्ध करवायी जाये एवं स्कूल विद्यालयों में इन पर पुर जोर शिक्षा पर बल दिया जाये, तो आज यौवन की रक्षा की जा सकती है । जिससे आने वाली विकृतियों से कमजोर उत्पन्न हो रही नस्लों से बचा जा सकता है । इनसे केवल मनुष्य ही निर्दल नहीं हो, अपितु समाज कमजोर होता है, देश कमजोर है । तभी तो यजुर्वेद में कहा गया है कि पूर्णतया ब्रह्म तेज से युक्त समाज में धात्रबल से युक्त पुत्र उत्पन्न होते हैं । सुन्दर सुन्दर गौयें ॥ इन्द्रियां ॥ बैल ॥ मन ॥ होता है । पूर्ण यौवन से युक्त युवतियां होती हैं । जो वीर्यशाली पुत्रों को उत्पन्न करती है । उनके स्तनों में दूध जैसी और्ध्वियां एवं गौएं भी बहुत दूध देती हैं । तथा राष्ट्र सुरक्षित रहता है । परन्तु आज कौन इनका



विश्लेषण कर रहा है । इन्हें कर्मकाण्ड का विषय बतला कर ब्राह्मण निन्दकों ने  
जवाबानुसार कर जो समाज को ध्यान में रखा है, वह कभी पूर्ण नहीं हो सकती ।

इन्होंने कारणों से कहे कोई कि मैंने इसे योग को चयन किया है 

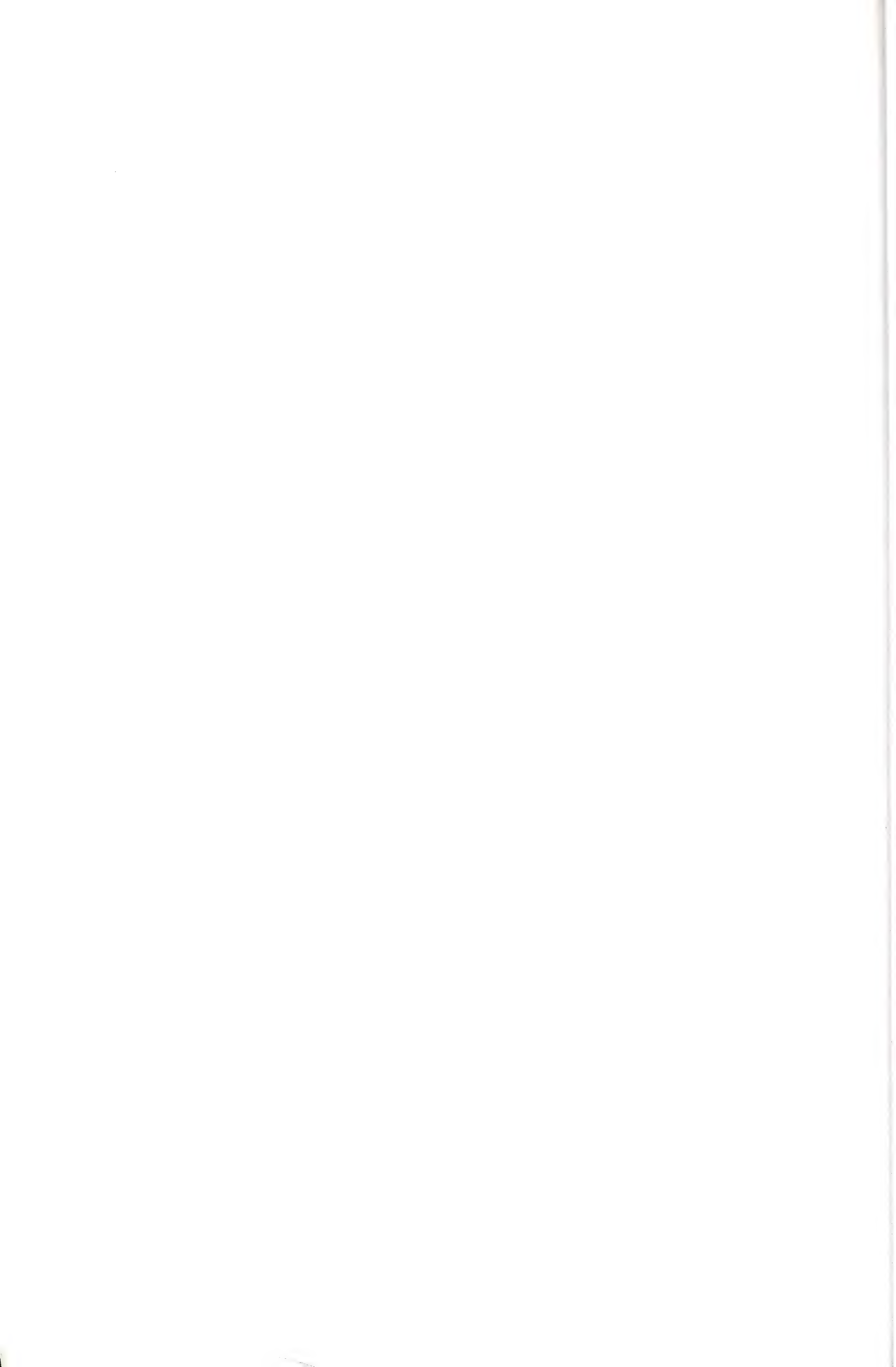
अतः इससे भी परे जाकर इसकी मर्यादा को अन्वेषित करने के लिए विचार  
था कि एक बार मुझे यह विषय मिले तो मैं इसे प्रभु की कृपा से वेदों तक देखूँ कि  
किस से किस उसमें कहाँ - कहाँ इसके संदर्भ में सामग्री मिलती है । जिसमें अवश्य  
ही सकलता मिली जिसको "योग का परिचय " में वर्णन किया गया है ।

क्योंकि यह भी देखा गया है कि ऐच्छक विषयों की प्राप्ति कर्मकाण्ड से हो  
जाता है । रोग, देह, कष्ट दूर होते देखे भी हैं और इच्छाओं की पूर्ति भी  
होती देखी है । यहां तक संघात को भी मैत्री में बदल देने में मन्त्र शक्ति  
रखते हैं । जिसका पता हमें दुर्गा सप्तशक्ति से ही हो जाता है, जहाँ देवी  
स्वयं द्वादश अध्याय के एक उपदेश में कहती है कि जो मेरा सप्तशक्ति का पाठ  
करते हैं उनके बच्चों पर न तो ग्रहों का ही कुप्रभाव बढ़ता है यदि हो तो  
नाश हो जाता है न अभिचार कर्म का बल चलता है और मनुष्यों में परस्पर  
लड़ाई हो तो मैत्री में परिणत हो जाती है ।

ब्राह्मण ब्रह्मवर्चास जायतामाराष्ट्रेराज्ययः शूर इज्योति  
व्याधि महारथो धनुर्वानिद्वानाशुः पुरन्धिर्योऽपि तिष्ठन् रथेष्ठः  
सवेयो युवास्त्य यजमानस्य जायतां निकामे निकामे नः वर्जन्यो अभिर्वर्तु  
फलवत्यो न औषधयः पच्यन्ताम् योक्षा देवो नः कल्पताम् ॥

- श्री यजुर्वेद ॥

बालगृहाभ्युत्थानां अशान्तिहारकम् संघात भेदे  
च नृणां मैत्री करणं मुक्तिमम् ॥ - श्री दुर्गा सप्तशक्ति, द्वादश अध्यायः ॥ १४





उसी के तेवरों पर अध्याय के विवरण से पता चलता है कि मनुष्य को  
 व्यवस्था के साथ ही साथ ज्ञान योग का भी अध्ययन करना चाहिये, ये बातें सब की  
 सब योगदर्शन की ही और प्रेरित करती हैं। जिसकी आज के भौतिकवादी समाज को  
 भी आवश्यकता ने अपनाने को विवश किया और जो अध्यात्म दर्शन अर्थात्  
 कैवल्य का भी एक परमोपयोगी सकल मार्ग रहा है। तभी कहा गया है कि  
 भारत में रहने वाला प्रत्येक नागरिक एक समय था जब उसे श्रम या मुनि की  
 संज्ञा थी। शान्ति प्रिय था। सबसे पुरातन और सबसे कम जनसंख्या वाला धर्म  
 रहा। जो भी आया लूटने आया। भारत का इतिहास कि वह स्वयं आपस में  
 लड़ा हो, परन्तु इसने कभी किसी पर आक्रमण नहीं किया। जिओ और जीने दो  
 का सिद्धान्त सदा सर्वथा अपनाया। यही समाज एक ऐसा समाज था, जिसके भीतर  
 से अनेक समाज उत्पन्न हुये। जिनमें मुख्यतः बौद्ध, जैन, आर्य, इत्यादि कारण  
 वैगनस्यता, अहंकार। ठीक है कि घर में जब सदस्यों की संख्या बढ़ती है तो  
 विवृतियां भी आती हैं। अच्छे पैदा होते हैं, तो बुरे भी पैदा होते हैं। परन्तु  
 बुरों को बुरा ही बने रहने देना या उन्हें न समझना गलत है। मनुष्य सर्वप्रथम  
 घर सुधारना चाहिये यदि एक अमीर है, तो उसे अपने घर के भीतर सर्वप्रथम  
 निर्धन की सहायता करनी चाहिये, यही उसका सर्वश्रेष्ठ धर्म होना चाहिये।  
 उसके लोकोपकारक दान निष्कल हैं। उसके यज्ञ कुछ काल के लिए संतुष्टि दे सकते  
 हैं, परन्तु अनायास उसके सामने उसके निर्धन भाईयों के उपस्थित हो जाने से  
 उसको शर्मनाक स्थिति तक पहुंचा कर रख देंगे। इसलिए भगवान श्रीकृष्ण ने और  
 वेद भगवान ने स्पष्टतः सत्त्वता का उपदेश दिया। योग में इन भाईयों को भरने  
 के लिए धन-निधियों का बढ़ चढ़ कर वर्णन किया गया। ताकि लोग योग की



सदृशता को जान लें। जिसकी प्राप्ति के बाद केवल आत्मा बचती है, सांसारिक मोह समाप्त हो जाता है। मनुष्य का मनुष्य से ही नहीं अपितु ऐसे मनुष्यों के पास जिस जीव जन्तु का आहंसा-मार्ग छोड़ कर अहिंसक हो जाते हैं। वातावरण शान्त हो जाता है और कहीं भी घमनस्थता का सन्देश नहीं मिलता। "सन्तोष" का समुचित लाभ पाने वाले कभी राजतन्त्र से नहीं डरते, ऐसे देश कभी आशाहीन एवं असम्भव नहीं हो सकते हैं। ज्ञान विज्ञान का आदान प्रदान होने लगता है और समाज विकास की गति को पकड़ता है, परन्तु सब तभी हो सकता है जब नैतिक शिक्षा पर बल दिया जाये। सभी दृष्टिकोणों एवं सभी करणों को समझकर उनमें से अच्छाईयों को ग्रहण कर, बुराईयों को एक स्वर से नकारा जाये, तभी योग की शिक्षा सकल कही जा सकती है। इन्हीं के साथ ही साथ चिन्तन बढ़ता है तो मनुष्य तर्क विवर्तक से एक दिन अवश्य कुछ न कुछ प्राप्त कर लेता है और प्राप्ति के लिए उसे भूख प्यास की भी बलि दे देनी पड़ती है। क्योंकि भूख प्यास वह मनुष्य की परम मित्र है, वहीं शत्रु भी हैं। जो इस पर विजय प्राप्त कर लेते हैं, वहीं विश्व विजयी भी होते हैं। इसलिए भी योग की शिक्षा ने अनुसन्धान के लिए विषय चयनार्थ विवश किया था।

### विषय पंजीकरण

विषय के पंजीकरण से पूर्व ही मैंने विचार करते हुये मन को स्थिर कर लिया था। मैं अपने परम गुरु देवी भगवत के परम उपासक निर्मल हृदय साधारण से दिखाई देने वाले परन्तु अपने विषय के प्रकाण्ड विद्वान् जिनकी स्तुति लगभग २५०२० कक्षा में बढ़ने वाले छात्र करते रहे, उन्हीं डॉ० जागीर सिंह जी को ही प्राप्त करूंगा और इन्हीं से विचार विनिमय करूंगा, तब गुरु जी जो



भी कहेंगे उसे भी सिरमाये अंगीकार करूंगा । क्योंकि गुरु जी की प्रेरणा से ही  
 उनकी मार्ग से हम अस्थायी छात्रों को १९०१० द्वितीय सत्र का परिणाम आने  
 के पूर्व ही विषयावधान के सदस्यों ने हमारे प्रार्थनावत्र को बढ़कर विचार करके  
 कक्षा में स्थापित प्रदान किया था । जिसके प्रणेता सूत्रकार के विषय में हो  
 सकता है, जिसको गुरु जी ने जो आकाश में जो कहा भी सकता हूँ कि मार्ग द्रष्टा  
 डॉ० आगीर एवं असिस्टेंट रजिस्ट्रार , डीन आफ फैकल्टी श्री गुलछं राज जी  
 थे । तभी यह विचार था कि यह कृष्ण चुकाऊंगा और डॉ० जी की ही आज्ञा  
 का पालन करूंगा । उन्होंने से विचार विनिमय करने पर उन्होंने आशीर्वाद देते  
 हुये कहा कि आप जिस विषय का चयन कर रहे हो इस पर काम तो बहुत हुआ  
 है। आप काश्मीर शैव दर्शन पर काम कर लें, अच्छा रहेगा । परन्तु मन  
 स्थिर था गुरु जी को अपना व्यथा सुनाई कि यद्यपि इस पर काम बहुत हुआ  
 है, परन्तु इस पर जो काम हुआ है वह केवल आध्यात्मिक परक है, कभी किसी  
 का ध्यान ही नहीं गया कि वे यम नियमों को नैतिक शिक्षा के रूप में लेकर इसके  
 लिए सामाजिक दृष्टि से काम करता । इन सभी अतिरिक्त दूसरी आंखें खाल  
 यह था कि योग दर्शन को बढ़कर एवं उस पर हुये अनुसन्धानों को बढ़कर भी  
 लगा कि इन लोगों ने योग को केवल पुराणों तक ही बढ़कर अनुसन्धान किये  
 किसी की भां पहुंच कम या अधिक वेदों तक नहीं रही । यदि किसी ने ऐसी  
 वेदपरक शैली से काम किया होगा, तो मैं अवश्य ही इससे पीछे हटना, परन्तु  
 यम-नियम एवं वेद तक पहुँचने के विचारों को गुरु जी ने भी स्वीकार किया  
 और गैने भी गुरु जी की आज्ञा का पालन करते हुये उनकी बात भी मान ली  
 कि ठाक पातंजल योगदर्शन के साथ ही साथ काश्मीर शैव दर्शन पर भी काम



कलंगा ताक दोनों की परिवर्तनी एवं शिक्षा का भी ज्ञान हो जायेगा । तब उन्होंने कहा कि विषय रमण जम्भीर हो जायेगा मैंने हाथ जोड़ते हुये कहा कि गुरु जी मजा आयेगा और पता भी चलेगा कि काम कैसे होता है 9 फिर जिनने मेरा योग का कल से कम अभ्यास भी होना चाहिये क्योंकि यह विषय अन्य तत्वों के थोड़ा नया अत्यंत गहन है/उसमें कम से कम सिद्धिप्राप्त होना चाहिये तब उत्तर आ कि गुरु जी तभी तो आपकी कृपा से इसमें हाथ डाला है ताकि जो योग विषयक अन्तःकरण में धारणायें बनती थी तथा जो ज्ञान मोह होता था उसका अध्ययन करने को मिलेगा तथा जो प्राप्त होगा उसे भी पटल पर रखने का सुअवसर मिलेगा क्योंकि कुछ ऐसी प्राणायामादि क्रियायें थी जो 15 वर्ष आयु से ही हम कर रहे थे । विषय निर्धारित हुआ और मन स्थिर करते हुये प्रश्न बनाकर § Synopsis § तैयार करके स्वाभिमान के समक्ष प्रस्तुत किये, वहीं विभाग ने स्वीकृति प्रदान की और 30-9-1996 को "योग - एक अध्ययन " द्वारा पातंजलयोगसूत्र एवं विज्ञानभैरव के आधार पर § जमा हुआ जिसको विश्वविद्यालय द्वारा निर्धारित विषय चयन सभा के सदस्यों ने अपनी स्वीकृति प्रदान की इस प्रकार से विषय स्वीकृत हो जाने पर प्रसन्नता हुई क्योंकि इससे पूर्व कुछ लोगों के विषय वापस मुड़ते हुये देखे थे । जिन्हें देखकर सोचता था कि कहीं मेरे साथ भी ऐसा न हो जाये । इन्हीं बातों की सोच में डूबा कभी भगवान एवं भगवती से पूजा में बैठकर प्रार्थना करता और कभी अपने को मिलने वाले निराश्रित जी से बात करता जिनका कृपा से आज कार्य सम्पन्न होने जा रहा है । मेरा विषय इस प्रकार से था जिसका नाम योग - एक अध्ययन - पातंजल योग सूत्र एवं विज्ञानभैरव के आधार पर ।

इसही सात अध्यायों में विभाजित किया गया है -





### प्रथम अध्याय

इस अध्याय के अन्तर्गत योग शब्द पर प्रकाश डाला गया है और जो सबसे महत्वपूर्ण रहा, वह योग का परिचय है। जिसकी महत्वता को वेदों में भी पढ़ने को मिलता है। लगभग तीनों वेदों में से कुछेक मन्त्रों के माध्यम से योग के महत्व को वर्णन किया गया है। इसके अतिरिक्त इसी अध्याय में कहा गया है कि योग से साधारण जनता क्यों डरती है, इसे काटा जादू की संज्ञा क्यों मिली और उसका सामान्य उत्तरी से लेकर उच्च शिक्षा प्राप्त लोगों जैसे वैदिकों में क्या वाक्यरूपों शिक्षावदों एवं अभ्यासों के तलर कितनी आवश्यकता है और महत्व है। ये सब स्पष्ट प्रतिपादित हैं। इसके विषय में सामान्य अवधारणा क्या है, और इसके विशेष उपयोग से कितने लाभ ये सभी विचार प्रकटित किये गये हैं।

### द्वितीय अध्याय

द्वितीय अध्याय के अन्तर्गत महर्षि पतंजली जी का जीवन परिचय एवं कृतियों को समाविष्ट किया गया है। इनके अतिरिक्त पतंजल योग सूत्र पर वार्तिककारों द्वारा की गई वार्तिकों भाष्यों की गणना है।

### तृतीय अध्याय

इस अध्याय के अन्तर्गत योग की सकलता का परिचय मिलता है। जिसमें योग और मनोविज्ञान को प्रदर्शित किया गया है। चित्त एवं चित्तभूमियों - वृत्तियों-संस्कार - विघ्न-अन्तराय सङ्घः (विघ्नों के ही अन्य सहायक) अथर्व विक्षेप, अष्टांग योग है, जिनमें यम-नियम-आसन-प्राणायाम-प्रत्याहार-



धारणा - ध्यान समाधि का वर्णन प्रस्तुत किया गया है । समाधि, सम्प्रज्ञात एवं असम्प्रज्ञात समाधि, समाधि भेद ईश्वर, ईश्वर योग एवं जीव का आवसी सम्बन्ध तथा कैवल्य का प्राप्ति मोक्ष का सुस्पष्ट वर्णन किया गया है ।  
पातंजल योग दर्शन का विषय रहा है ।

### चतुर्थ अध्याय

इस विज्ञान भैरव का परिचय, लेखक, काल एवं भाष्य रहा है ।

### पंचम अध्याय

इस पाठ के अन्तर्गत विज्ञान भैरव का परम तत्व का निरूपण अर्थात् परमाशिव पर प्रकाश डाला गया है कि विज्ञान भैरवकार ने इसे किस प्रकार से सुस्पष्ट किया है ।

दूसरा मुख्य प्रश्न उभाया गया कि इसमें एक ही बारह ॥ १२॥

धारणाओं का सुस्पष्टीकरण है तथा धारणा के साथ ही साथ ध्यान एवं समाधि योग है । इन सबके आसारवत् अन्य प्रश्न विज्ञान भैरव के अनुसार जगत के सत् होने विषय में मत प्रस्तुत किये गये हैं । जीव विषयक प्रश्न हैं तथा बन्ध एवं मोक्ष का वर्णन मिलता है जिन्हें विज्ञान भैरव ने इसी से सुस्पष्ट किया गया है ।

### छठे अध्याय

इसके अन्तर्गत विज्ञान भैरव का तन्त्रागमों में स्थान है तथा दूसरा प्रश्न है - पातंजल योगसूत्र एवं विज्ञानभैरव का तुलनात्मक अध्ययन ।



### सातवां अध्याय

इसमें सम्पूर्ण प्रतिपाद्य विषय का सार तत्पत्र दिया गया है ।

इस अध्याय में उपसंहार को भी रखा गया है ।

इस प्रकार से सात अध्यायों में विचारित कार्य जिसको विश्वविद्यालय  
वारसों ने अनुमोदित किया था और जिस संकल्प को पूर्ण करने के लिए परम  
आदरणीय महोदय डॉ० जागोर सिंह ने श्रम्यथा दिलवाई थी, वह आज  
उन्हीं की कृपा एवं भगवान की महान अनुकम्पा से लाभबद्ध होने जा रहों है ।  
आशा है कि भगवान का तरह ही आम विद्वानों का इस सन्दर्भित पर अनुग्रह  
हुआ तो यह लाभबद्ध होने के मश्वारू आपके द्वारा अनुमोदित भी हो ही जायेगा ।

xxxxxx

xxx

x







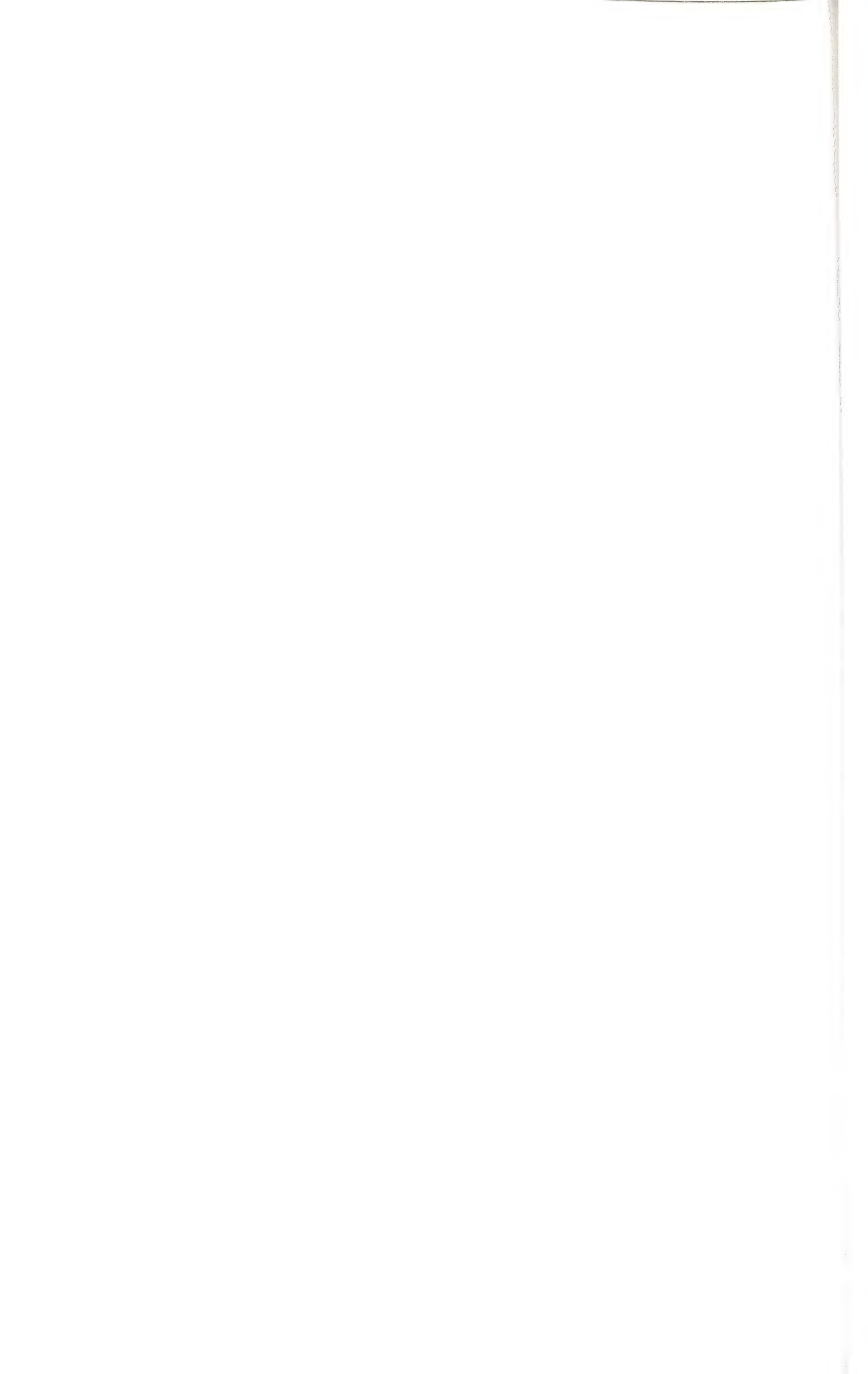


### भूमिका

इस संसार में आकर जीवन-संग्राम में अपने को विजयी बनाना प्रत्येक मनुष्य का कर्तव्य है । अन्य जीवित प्राणियों के समान मनुष्य भी अपने को जीवित बनाये रखने के लिए निरन्तर संघर्ष बनाये रहता है । कभी वह लड़ता है अपनी विरोधी परिस्थितियों से और कभी वह संघर्ष करता है उसे दबाने वाले प्रतिपक्षी शत्रुओं से । भेद इतना ही रहता है कि अन्य जीव बिना चार किये केवल स्वाभाविक प्रवृत्ति के वशीभूत होकर जीवन-संग्राम में लगता रहता है, परन्तु मनुष्य विवेक-प्रधान जीव होने के कारण प्रत्येक अनुष्ठान के अवसर पर अपनी विचार शक्ति का उपयोग करता है , चाहे इसका ध्यान उसे रहता है या नहीं, पर उपयोग करता है वह अवश्य । शान्त चित्त से विचार करने पर प्रतीत होगा कि प्रत्येक मानव दृश्य या अदृश्य जगत्-विषयक कतिपय श्रद्धाओं , विचारों तथा कल्पनाओं का एक समुदायमात्र है ।

‘दर्शन’ शब्द का व्युत्पत्ति - लब्ध अर्थ है - दृश्यते अनेन इति दर्शनम् = जिसके द्वारा देखा जाय । पाश्चात्य विचारशास्त्र की सामान्य संज्ञा ‘फिलासफी’ है । यह शब्द दो ग्रीक शब्दों के संमिश्रण से बना हुआ है --- ‘फिलास’ = प्रेम या अनुराग तथा ‘सोफ़िया’ = विद्या । अतः इस शब्द का अर्थ है विद्या का प्रेम = विद्यानुराग ।

इस तरह ‘दर्शन’ हमारे जीवन के साथ अनुस्यूत है । हम उसे अपने जीवन से पृथक् नहीं कर सकते । यदि किसी प्रकार कोई उसे निकाल कर अलग फेंकने का दुःसाहस करे , तो उसका जीवन बुद्धि-जीवी चेतन प्राणी का जीवन न होगा, यह तो नैसर्गिक प्रवृत्तियों के दासभूत पशु का जीवन होगा इसलिये



पशुओं के साथ आहार, निद्रा, भय तथा मैथुन के विषय में समानता होने पर भी मनुष्य की सबसे बड़ी विशेषता है --- धर्म = धारण करने वाला वस्तुसमुदाय, उसका विवेक, उसका विचार या उसका दर्शन।

कौन पदार्थ देखा जाये ? वस्तु का सत्यभूत तार्त्विक स्वरूप । हम कौन हैं ? कहाँ से आये हैं ? इस सर्वतो दृश्यमान जगत् का सच्चा स्वरूप क्या है ? इसकी उत्पत्ति कहाँ से हुई ? इसकी सृष्टि का कौन कारण है ? यह चेतन है या अचेतन ? इस संसार में हमारे लिये कौन से कार्य कर्तव्य हैं ? जीवन को सुचारु रूप से बिताने के लिये कौन सा सुन्दर साधन-मार्ग है ? आदि प्रश्नों का समुचित उत्तर देना 'दर्शन' का प्रधान ध्येय है । दर्शन को शास्त्र कहते हैं । शास्त्र का अर्थ क्या है ? 'शास्त्र' शब्द की व्युत्पत्ति आगम ग्रन्थों में इस प्रकार बतलाई गई है -

शासनात् शंसनात् शास्त्रं शास्त्रमित्यभिधीयते ।

शासनं द्विविधं प्रोक्तं शास्त्रलक्षणैर्दिभिः ।

शंसनं भूतवस्तुष्वेकविषयं न क्रियापरम् ।

'शास्त्र' की व्युत्पत्ति दो धातुओं से है --- शास् = आज्ञा करना तथा शंस = प्रकट करना या वर्णन करना । शासन करने वाले शास्त्र विधिरूप तथा निषेधरूप होने से दो प्रकार के होते हैं । श्रुति तथा स्मृति प्रतिपादित कार्य अनुष्ठान करने योग्य हैं ॥ विधि ॥ तथा निन्दित कर्म-कलाप संस्था हैय है ॥ निषेध ॥ । अतः 'शासन' अर्थ में 'शास्त्र' शब्द का प्रयोग धर्मशास्त्र के लिये उपयुक्त है । 'शंसक' शास्त्र अथवा बोधक-शास्त्र वह है जिसके द्वारा वस्तु के सच्चे स्वरूप का वर्णन किया जाय । शासन-शास्त्र क्रिया-परक होता है, पर शंसक-शास्त्र ज्ञान-परक होता है । शंसक-शास्त्र के अर्थ में ही शास्त्र का प्रयोग



'दर्शन' शब्द के साथ होता है । धर्म शास्त्र कर्तव्याकर्तव्य का प्रधानतया विधान करने में 'पुरुषा परतन्त्र' है पर दर्शनशास्त्र वस्तु के स्वरूप का प्रतिपादक होने से 'वस्तुतन्त्र' है ।

इस 'योग एक अध्ययन --- पातंजलयोग सूत्र एवं विज्ञान भैरव के आधार पर' का शुभारम्भ वेदों से किया गया है । श्रुति, स्मृति एवं पुराणों तक से इसकी सफलता के लिए विशेष सहायता ली गई है ।

### वेद

विशेषकर ऋग्वेद, यजुर्वेद एवं रूद्रष्टाध्यायी और सामवेद संहिता से ही विशेष सहायता ली गई है । अथर्ववेद से सम्पर्क नहीं हो सका है । जबकि इस कार्य में उपनिषदों का विशेष योगदान भी रहा है । इनमें बृहदारण्य कोपनिषद् ईशावास्य कोपनिषद्, माण्डूक्य, मुण्डको, प्रश्नोपनि० छान्दोग्य, श्वेता श्वतरोपनिषद् मुख्य रहे हैं ।

### स्मृति

इसके अन्तर्गत मनुस्मृति, याज्ञवल्क्य, दक्ष अत्रि, बौधायन, पाराशर , आश्वलायन हारीत, शंख आदि प्रमुख रही हैं ।

### पुराण

पुराणों से भी बहुत से उदाहरण लिए गये हैं जिनमें मुख्यतः मार्कण्डेय पुराण शिव पुराण, लिंग पुराण, कूर्म पुराण विष्णु पुराण, गरुड़ पुराण एवं भागवतपुराण मुख्य रहे हैं ।



इन सबके अतिरिक्त महाकाव्यों में वर्णित योग शब्द के सम्बन्ध में क्या-क्या भाव रहे सहायता ली गई है ।

जबकि ज्योतिष शास्त्रों से भी इसके विषय सम्पादन में सहायता ली गई है । जिनमें बृहत्पाराशर होरारत्न, मानसागरी तथा ज्योतिष तत्त्व चिन्तामणि एवं देवि दयालु पञ्चांग की मुख्य भूमिका रही है । जबकि आधुनिक भारतीय दर्शन के महान् स्तम्भ कहे जाने वाले लेखकों एवं व्याख्याकारों की कृतियों की अहं भूमिका रही है जिनमें सर्वदर्शन संग्रह बलदेव उपाध्याय का भारतीय दर्शन का इतिहास एवं डॉ० कुंवर लाल व्यास शिष्य की रचना भारतीय दर्शन से भी अनेक मत पुष्ट करने में सहायता ली गई है ।

इसी विषय के अन्तर्गत दो सम्प्रदाय विशेष का समावेश है । जिनमें प्रथम पातंजल योग दर्शन का तो पूर्व उल्लेख हो ही चुका है जबकि दूसरा काश्मीर शैव दर्शन की महान् आगम शास्त्र माना जाने वाला विज्ञान भैरव नामक शास्त्र रहा है जिसमें वर्णित विषयों की पुष्टि के लिए काश्मीर शैव दर्शन से सम्बन्धित दर्शन शास्त्रों की महत्वपूर्ण सहायता ली गई है जिनमें तन्त्रालोक, प्रत्यभिज्ञा हृदय, योगिनी हृदयदीपिका, वसुगुप्त के शिष्यसूत्र, स्पन्दकारिका, स्पन्द निर्णय, स्वच्छन्दशास्त्र आदि आदि शास्त्रों का मुख्य योगदान रहा है । इन सभी शास्त्रों से लिए गये मतों से पातंजल योग दर्शन एवं विज्ञान भैरव के मतों की पुष्टि में बल मिला है । यह कृति इतनी महान् तो नहीं है फिर भी आशा है कि यह पढ़ने वालों को थोड़ा बहुत अवश्य आकर्षित करेगी ।

xxxxxx

xxx

x





प्रथम अध्याय

योग विषयक अन्वेषण



## योग विषयक अन्वेषण

### योग का अभिप्राय

योग = युजिरे योगे ॥ युज् समाधि अर्थ में भावादि धृज् ॥ प्रत्यय से योग शब्द की सिद्धि होती ।<sup>1</sup>

योग का अभिप्राय अमरकोश के अनुसार अनेक प्रकार से है जैसे - कवच , सामदामभेददण्डनीति आदिउपाय, ध्यान, संगति, युक्ति ।<sup>2</sup>

मेदिनी में विश्वासघात, व्यायाम, विष्कम्भादि ज्योति के सताईस योग, ज्योतिषशास्त्र में वर्णित द्विग्रह योग एवं त्रिग्रहयोगः एवं पञ्चग्रही योग, दवा अर्थ में चरकादि शास्त्रों में तथा अन्यतः द्रव्योपाय एवं कर्मयोग, ज्ञानयोग भक्तियोग प्रेमयोग इत्यादि वर्णित हैं । तस्मा, डोरी, रस्सी भी लिखा गया है ।

जबकि अभिज्ञान शाकुन्तलम् में योग से अभिप्राय इस प्रकार से है जैसे जोड़ना , मिलाना मिलाप , संगम , मिश्रण है ।<sup>4</sup>

किरातार्जुनीयम् में अत्यधिक गुणों में महत्त्वता एवं महान के लिए योगः है ।<sup>5</sup>

- 
1. युजिरेयोगे = युज् समाधी भावादि धृज् = योगः - पानीनीय व्याकरण आ. ३/३/१८
  2. योगः - संहनो पायध्यान संगति युक्तिषु इत्यमरः । - अमरकोशः ८० 548
  3. योगोऽपूर्वार्धे संप्राप्तो संगतिध्यानयुक्तिषु, षष्ठः स्थैर्यप्रयोगे च विष्कम्भादिषु भेषजे । कर्मणोऽपि च ॥ - इति मेदिनी 23/18-19 (अमरकोशः ८० 548)
  4. युज्भावादौ धृज् कुत्वं - उपरागान्ते शशिमः समुपगता रोहिणी योगम् ॥  
अ० शाकुन्त० 7/22
  5. गुण महतां महते गुणाययोगः । - किरातार्जु० - 10/25



मध्य कालीदास के रघुवंश महाकाव्य के अनुसार सूर्य के उदित काल के समय जो योग बना है वह सूर्य को प्रताड़ित दुःख दे रहा है के रूप में प्रयुक्त हुआ है ।<sup>6</sup>

योग का प्रयोग सम्पर्क - स्पर्श - संबंध के रूप में भी प्रयोग में लाया गया है ।<sup>7</sup>

मनुस्मृति में योग शब्द का अर्थ कहीं कहीं काम में लगाना, प्रयोग, इस्तेमाल के रूप में भी हुआ है ।<sup>8</sup>

इसी उपरि लिखा रूप से ही रघुवंश में भी प्रयोग आदि के रूप में हुआ है ।<sup>9</sup>

हितोपदेश में - पद्धति, रीति, क्रम, साधन इत्यादि रूप में पाठ मिलता है ।

फल एवं परिणाम के रूप में भी कुमार सम्भव महाकाव्य से उपलब्ध है ।<sup>10</sup>

जुआ-सवारी-वाहन - गाड़ी - सवारी - योग्यता, औचित्य उपयुक्तता के रूप में भी उपलब्ध है ।<sup>11</sup>

6. वां योगस्तडितोदयोर्षिस्तुयोगः । - रघु0महाका0 6/65

7. तमड. तकमारोप्य शरीरयोगजैः ॥ सुशोर्निषिञ्चन्तमिधामृतं तर्वाच ॥  
-रघु0 3/29

8. एतैरूपाययोगैस्तु शक्यास्ताः परिरक्षितुम् ॥ - मनुस्मृति 9/10

9. एतैरूपाययोगैस्तु शक्यास्ताः परिरक्षितुम् ॥ - रघु0 - 10/86

10. कथा योगेन बुध्यते ॥ - हि0 12/1

11. रक्षयोगादयमपि तपः प्रत्यहं संचिनोति ॥ - कु0 7/15 एवं शकु0 2/17



व्यवसाय, कार्य-व्यापार, दाव पेंच, जालसाजी, कूट चाल ।

तरकीब, योजना, उपाय, कौशिल्य, उत्साह, परिश्रम अध्यवसाय जैसे अर्थों में मनुस्मृति में प्रयुक्त हुआ है ।

उपचार, चिकित्सा, इन्द्रजाल, अभिचार, मन्त्रयोग, जादू, जादू-टोना, लब्धि, अवार्प्ति, अभिग्रहण, धन, दौलत, द्रव्य, नियमविधि, पराश्रय, सम्बन्ध, नियमित, आदेश या संयोग, एक शब्द की दूसरे शब्द पर निर्भरता, निर्वचन या अर्थ की दृष्टि से शब्द व्युत्पत्ति, शब्द के निर्वचन मूलक अर्थ = रूढ़ी ॥ इत्यादि रूप में वाचस्पत्यम् से उपलब्ध होता है जबकि आगे भी इसी शास्त्र में स्पष्ट है जो हारीत ही लिखते हैं कि योग से अभिप्राय मोक्ष प्राप्ति है - इसी को अपनाकर मुमुक्षु मोक्ष प्राप्त करते हैं ।<sup>12</sup>

शंखस्मृति ने योगान्तर्गत शाखा को ग्रहण कर कहा है कि आत्मदर्शन एवं ब्रह्मयज्ञ के लिए वेदाध्ययन रूपी स्वाध्याय करना चाहिये ।<sup>13</sup>

शंखस्मृति कहती है कि सभी की हित की सोचने वाला मैत्री भाव रखने वाला पत्थर एवं सोने को समान जानने वाला ध्यान योग में निरत योगी ऽयति परागति ऽपरमगति ऽ को प्राप्त होता है ।<sup>14</sup>

12. योगशास्त्र प्रवक्ष्यामि संक्षेपात् सारमुत्तमम् ।

यस्य च श्रवणात् यान्ति मोक्षज्यैषमुमुक्षुः ॥-हा०स्मृ०अ० ७श्लो० -2

13. देवयज्ञः भूतयज्ञः पितृयज्ञस्तथैव च ।

ब्रह्मयज्ञ नृयज्ञश्च पञ्चयज्ञाप्रकीर्तितः ॥-शंख स्मृ०अ० ५, श्लो० -3

14. सर्वभूतहितो मेव समलोष्ट्राश्म काञ्चनः ।

ध्यानयोगरतोनित्यं भिक्षुर्ध्यायात् परां गतिम् ॥-शं०स्मृ० अ० ७ श्लो०-8





योगज्ञ = योगी दोष दहित होता है ऐसा अत्रि स्मृति का कथन है ।<sup>15</sup>

ईशवास्योपनिषद् का उपदेश एकत्व परमात्मत्व दर्शन है<sup>16</sup> और समत्व बुद्धि को रखना पाया गया है जो इस मार्ग को अपनाकर देखता है उसे किसी प्रकार की घृणा एवं मोह तथा शोक परितित नहीं करते हैं ।<sup>17</sup>

कूर्मपुराण के अनुसार परमात्मा में योग विधि से विलीन होने को ही महायोग कहते हैं और वह ॥ योग ॥ द्विविध है । एक अभाव योग तथा द्वितीय महायोग ।<sup>18</sup>

महायोग ही सर्वश्रेष्ठ योग है जिसमें नित्य निरञ्जनानन्द नित्यानन्द स्वरूप निरन्तर निरञ्जन आत्मा एवं परमात्मा से अभेद की प्रतीति होती है वही परमेश्वर स्वरूप महायोग है ।<sup>19</sup> और अभाव योग वह जो केवल आत्मदर्शन

15. योग शास्त्राभिप्रेक्ष्यते च न दोषः परिषेदने ॥-अत्रि स्मृ० श्लो०-16
16. यस्तु सर्वाणि भूतानि आत्मन्येवानुपश्यति ।  
सर्वभूतेषु चात्मानं ततो न विजुगुप्सते ॥- ई० उ० -6
17. यस्मिन् सर्वाणि भूतानि आत्मन्येवाभूद्विजानतः ।  
तत्र को मोहः क शोक एकत्वमनुपश्यतः ॥ - ई० उ० - 7
18. योगस्तु द्विविधो ज्ञेया ह्यभाव प्रथमो मतः ।  
अपरस्तु महायोगः सर्वयोगोत्तमोत्तमः ॥ - 5
19. यत्र पश्यति चात्मानं नित्यानन्दनिरञ्जनम् ।  
ममैक्यं स महायोगो भाषितः परमेश्वरः ॥ - 7



तक ही सीमित रखता है । इससे परे जो योगिक क्रियायें हमें छड़-छड़ दृष्टि से मिलती हैं वही सम्पूर्ण कडियें परस्पर मिलने से योग से महायोग बनती हैं ।<sup>20</sup>

अतः भिन्न किसी एक कड़ी को अपनाने से योग पूर्ण नहीं होता है । तभी कूर्मपुराण ने धारणाओं को योग की सोहलवीं कला के समान माना है ।<sup>21</sup>

लिंग पुराण के अनुसार योग का अभिप्राय अष्टाङ्ग योग से है एवं परमपद अर्थात् माहेश पद प्राप्त होता है ।<sup>22</sup>

कठोपनिषद् के मतानुसार मन का वशीकरण ही योग है जिसे वश में करते हुये इन्द्रियों को लौकिक विषयों से हटाकर परमार्थ तत्त्व में लगाता है वही योग है जिसके फलस्वरूप पौनपुन्येण मनुष्य को जन्म नहीं लेना पड़ता ।

जो विवेकशील मनुष्य बुद्धि रूप सारथी से सम्पन्न मन रूप लगाम को वश में रखने वाला है, वह संसार मार्ग को चीरता हुआ पार पहुँच कर सर्वव्यापी पर ब्रह्म पुरुषोत्तम भगवान के सुप्रसिद्ध परम पद को प्राप्त हो जाता है । यही परागति है ।<sup>23</sup>

20. शून्यं शून्य निराभासं स्वरूपं यत्र चिन्तयते ।  
अभावयोगः स प्रोक्तो येनात्मानं प्रपश्यति ॥ - 6

21. ये चान्ये योगिनां योगाः श्रूयन्ते ग्रन्थ विस्तरे ।  
सर्वे ते ब्रह्मयोगस्य कलां नार्हन्ती षोडशीम् ॥ - 8

कू०पु० उपरिर्दिष्टागे अ० एकादश श्लो० 5-8  
22. योगश्छेदेन निर्वानं माहेशं पदमुच्यते ॥ 5 पूर्वर्द्धि ॥ लिंगपुराण  
साधनानि चाष्टधा चास्य कथितानीह सिद्धये ॥-लिंगपुराण पृ० -88/89

23. यस्तु विज्ञानवान् भवति समनस्कः सदा शुचि ।  
स तु तत्पदमाप्नोति यस्माद्भूयो जायते ॥

विज्ञान सारथिस्तु मनः प्रग्रहवान् नरः ।  
सोऽध्वनः पारमाप्नोति तद्विष्णो परमं पदम् ॥-कठोपनिषद्, अ०-1,  
वल्ली-3 मं०-8/9



कठोपनिषद् के अध्याय द्वितीय एवं चल्ली 3 के मन्त्र एकादश में योग का स्पष्ट उल्लेख हुआ है जिसमें कहा गया है कि उस इन्द्रियों की स्थिर धारणा को ही योग मानते हैं, क्योंकि उस समय साधक प्रमादरहित हो जाता है।<sup>24</sup> योग उदय एवं अस्त होने वाला है इसलिए मनुष्य को योग से अभिप्राय नित्याभ्यासी बने रहना चाहिये।<sup>25</sup>

मुण्डकोपनिषद् का योग से अभिप्राय परमात्मा को केवल उपाय एवं बारम्बार प्रयत्न से ही प्राप्त किया जा सकता है न कि बल से या प्रमाद या तप से ही प्राप्त किया जा सकता है।<sup>26</sup>

श्वेताश्वतरोपनिषद् ने भी आत्मज्ञान एवं परमात्म तत्त्व के मार्ग का निरूपण करते हुये कहा है कि जो एक नित्य चेतन ॥ परमात्मा ॥ बहुत से कर्मफल भोगों का विधान करता है उस ज्ञानयोग एक कर्मयोग से प्राप्त करने योग्य सबके कारणरूप परमदेव परमात्मा को जानकर समस्त बन्धनों से मुक्त हो जाता है।<sup>27</sup> अतः योग से अभिप्राय यहां भी मोक्ष रूप ही प्राप्त किया गया है।

24. महतः परमव्यक्तम व्यक्तात् पुरुषः परः ।

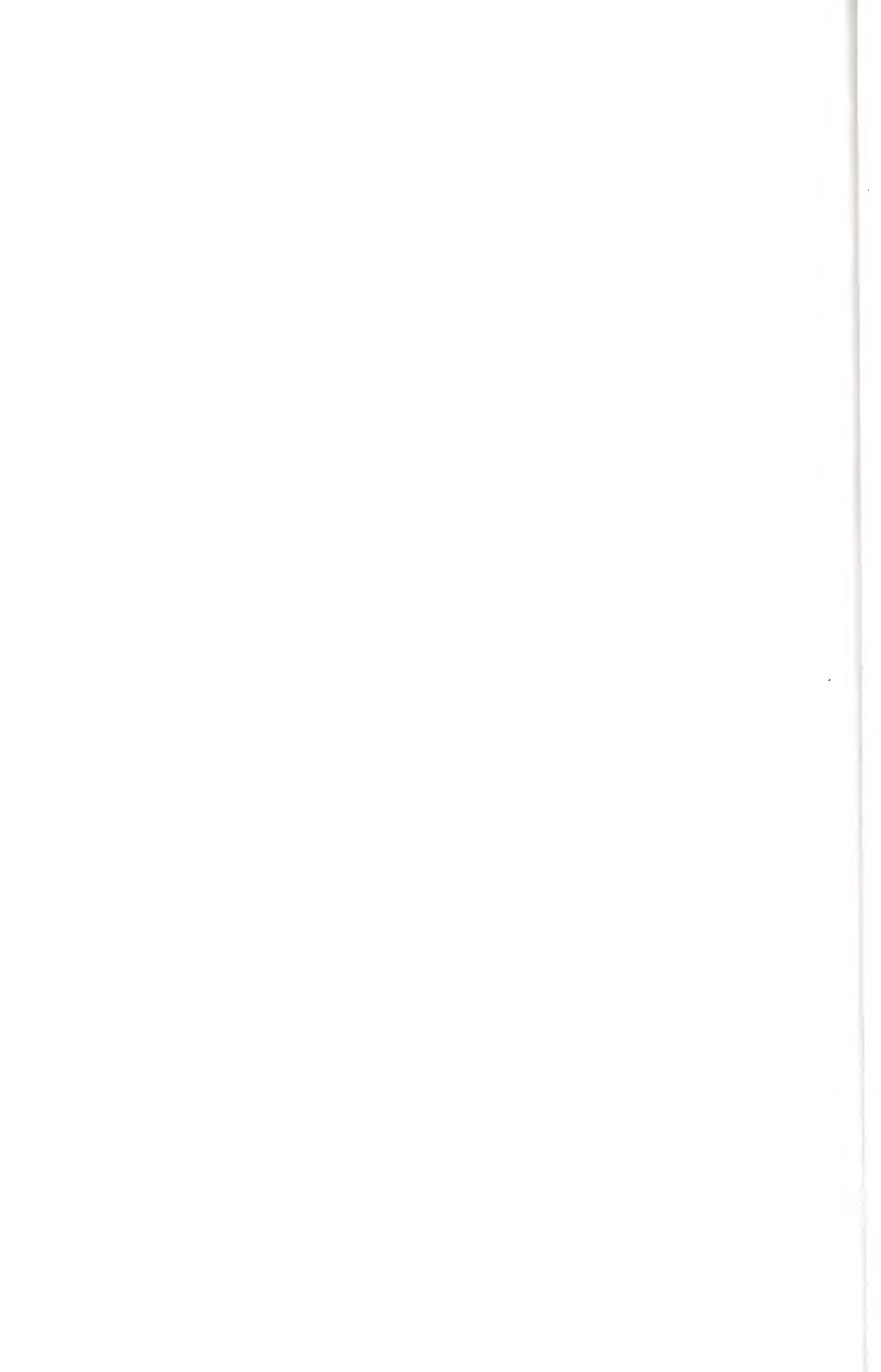
पुरुषान्नपरं किञ्चित्सा कष्ण्ठा सा परा गतिः ॥-कठो०अ०-१ व०३, मं० - ११

25. तां यो गमिति मन्यन्ते स्थिरमिन्द्रियधारणाम् ।

अप्रमत्तस्तदा भवति योगो हि प्रभाष्ययौ ॥-वही- 2, व०-3 मं०-११

26. नायमात्मा बलहीनने लभ्यो न च प्रमादातपसो वाप्यलिङ्गात् एतैरुपायैर्यतते यस्तु विद्वांस्तस्यैव आत्मविशै ब्रह्मधाम् -मुण्डकोपनिषद्, मु०-3

27. नित्यो नित्यानां चेतनश्चेतनानामेको बहूनां जो विदधार्तिकामान् ।  
तत्कारणं सांख्य योगाधिगम्यं, ज्ञात्वा देवं मुच्यते सर्वपापैः ॥ -



गीता में योग से अभिप्राय अनेकार्थक है जैसे समत्वयोग एवं स्थिर समर्पण को लिया गया है जबकि कर्म योग ज्ञान योग एवं भक्ति योग की तो गीता में सर्वत्र संस्तुति की गई मिलती है ।<sup>28</sup>

भागवत महापुराण के अनुसार भी योग से अभिप्राय ज्ञान योग एवं कर्मयोग रहा है जबकि भक्ति योग के साथ ही साथ क्रिया योग भी दृष्टिगोचर होता है ।<sup>29</sup>

समत्वयोग का ही अपरनाम मैत्रीयोग या प्रेमयोग सिद्ध होता है ।<sup>30</sup> क्योंकि गीता में लिखा भी है कि जो राग द्वेष से रहित होकर सबको समान भाव से मान बैठाता है और सबमें मुझको एवं मुझको सब में तथा जो सर्वत्र अपने को और सब को अपने में देखता है वही समत्व है ।<sup>31</sup>

योग विषयक है जैसे - गम्भीर भावचिन्तन, मन का सकेन्द्रीकरण, परमात्मचिन्तन जिसे योग दर्शन योगश्चित्त वृत्ति निरोधः कहते हैं । जैसे कि कु० सम्भव में सती के विषय में आता है कि सतीन ने योग साधना से शरीर त्याग किया था ।<sup>32</sup>

28. योगास्त्रयो मया प्रोक्ता नृणां श्रेयो विधिस्तथा ।  
ज्ञानं कर्म च भक्तिश्च नोपायोऽन्योऽपि कुश्चित् ॥
29. निर्विघ्नानां ज्ञानयोगो न्यासिनामिह कर्मसु ।  
तेषां निर्विघ्नचत्तानां कर्मयोगस्तु कामिनाम् ॥
30. यहच्छया मत्कथादौ जातश्चक्षुस्तु यद्वपुमान् ।  
न निर्विघ्नो नातिसक्तो भक्तियोगोऽस्य सिद्धिदाः ॥  
- श्रीमद्भगवद्गीता १०.२०, श्लोक - 6 - 8 ।
31. रागदोषाव्युक्तैस्तु सर्वतथात्मानं सर्वतर्कानि चात्यनि ।  
ईक्षति योग युक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ ५.११ ॥
32. सती सतीयोगविषुटदेहाः ॥ - कु०सं० काव्य - 1-21





जैसे रघुवंश महाकाव्य में महाकवि कालीदास लिखते हैं कि योग के द्वारा शरार का त्याग करना चाहिये ।<sup>33</sup>

पतंजली द्वारा स्थापित दर्शन पद्धति जो सांख्य दर्शन दर्शन का ही दूसरा भाग है समझा जाता है, परन्तु व्यवहारतः एक तेश्वर पृथक् दर्शन है ।

योग दर्शन का मुख्य सिद्धान्त उन उपायों की शिक्षा देना ही योग है । जिसके द्वारा मानव आत्मा पूर्णरूप से परमात्मा में मिल जाय और इस प्रकार मोक्ष की प्राप्ति हो जाये उसी मार्ग का नाम योग है । ऐसा भगवार्थ वाचस्पत्य नामक शास्त्र से उपलब्ध होता है ।<sup>34</sup>

ज्योतिष के अनुसार विष्कम्भादि सत्ताईस योग, विष्कम्भ प्रीति आयुष्मन् सौभाग्य , शोभन , अतिगण्ड, सुकर्मि, धृति, शूल , गण्ड, वृद्धि, ध्रुव व्याघात् , हर्षा, प्रज, सिद्धि, व्यतिपात, वरीयान परिध, शिव , सिद्धि साध्य , शुभ , शुक्ल, ब्रह्म ऐन्द्र एवं वैधृति नाम से प्रसिद्ध हैं ।<sup>35</sup>

अन्यत्र - ज्योतिष में ही प्रसिद्ध रूचकादि पञ्च महायोग - रूचक , भद्र , हंस, मालव्य एवं शषा योग ।<sup>36</sup>

33. योगेनान्ते तनुत्यजास् ॥ २७० ॥ 8

34. वाचस्पत्यम् शास्त्र - योगदर्शन व्याख्या

35. विष्कम्भादि - ज्योतिष शास्त्र

36. योगारूचकाख्या भद्रहंसाख्यमालव्यशषाभिधानाः ॥-मा०सा०अ०-4, श्लो०-2  
सुनकायां भीम सयोगे ॥ 2 मा०सा० पृ० - 269

बुधस्य गुरुणा योगे नृत्यवाद्यविचक्षणः ।

धैर्ययुक्तः पण्डितश्च सुखी भवति मानवः ॥-मा०सा० 16, पृ० - 139

चन्द्रचान्द्रि कुजयोगे नीचाचारश्च पापकृत ॥-16, मा०सा०, पृ० - 143



रूचक - मंगल से मेष वृश्चिक या उच्च मकर राशीस्थ होने से लाग होता है ।

भद्र - बुध से मिथुन कन्या राशीस्थ केन्द्रस्थ होने से घटित होता है ।

हंस - बृहस्पति से - धनु, मीन एवं कर्क राशीस्थ केन्द्र में होने से घटित होता है ।

मालव्य - शुक्र से - वृष्णि-तुला या मीन में होकर के न्द्रस्थ होने से घटित होता है ।

शश - शनि के केन्द्र में मूल त्रिकोण या उच्च राशि में स्थित होने से घटित होता है । इन्हें भी एवं सुनकादि योगः

द्विग्रही त्रिग्रही वृत्त्यादि योग -

“जैसे बुध - गुरु योग -

चन्द्र बुध एवं कुज योग



जबकि शुक्ल यजुर्वेद में योग का अभिप्राय आत्मदर्शन एवं शारीरिक स्वास्थ्य दोनों ही तरह से जाना जा सकता है क्योंकि इसका स्पष्ट उल्लेख मिलता है कि समाज में "योगवेत्ता की नियुक्ति करनी चाहिये ।" <sup>40</sup>

ऋग्वेद में इसके विषय में स्पष्ट उल्लेख है कि योग के द्वारा प्राण वायु को जीतकर परमानन्द को प्राप्त करना चाहिये । <sup>41</sup>

गीता में योग का अर्थ समदर्शी होना पाया गया है । <sup>42</sup>

याज्ञवल्क्य के मत में जीवात्मा और परमात्मा के संयोग को योग कहते हैं । <sup>43</sup>

याज्ञवल्क्य का ही मत है कि योग उसे कहते हैं जिससे आत्मदर्शन हो ख्याति हो विवेक ज्ञान हो । <sup>44</sup>

दक्षस्मृति के मतानुसार योग का अर्थ है -

मन को वृत्तिहीन करके क्षेत्रज्ञ जीवात्मा को परमात्मा में लगाना ।  
आत्मा को परमात्मा में विलीन कर विमुक्त होना ही योगाभिप्राय है । <sup>45</sup>

40. योगाय युक्तारम् ॥ - शु०य०वेद अ० म० -

41. प्रनूत नुष्ठिरे ..... ऋग्वेदः अ० १ अ० १२ ऋग्वेद सू० ६४ मं. १५

42. विद्याविनय सम्पन्ने ब्राह्मणे गर्वि हस्तिनि शुनि चैव श्वपाके च पाण्डिता समदर्शिनः ॥ - गीतायाम् । अ० ५ श्लो० १८

43. संयोगो योग इत्युक्तो जीवात्मा परमात्मनोः ॥  
इति याज्ञवल्क्यः सर्व द० सं० , पृ० - 574

44. इज्याचार ब्रतैर्होमिदानं स्वाध्यायकर्मणाम् ।

अयमेव परमो धर्मः यद्ययोगेनात्मादर्शनम् ॥ - इति याज्ञ० स्मृति <sup>310</sup> ३११ चो०

45. वृत्तिहीनं मन कृत्वा क्षेत्रज्ञं परमात्मनि एकीकृत्य विमुच्येत योगोऽयं मुख्य उच्यते ॥ - दक्ष० स्म० अ० - 7 श्लो० १५

श्लो० ८  
५८४-२



आपस्तम्ब स्मृति का कहना है कि मनुष्य को सांसारिक भोगों से ऊपर उठते हुये अहिंसक बने रहकर योग, ध्यान एवं स्वाध्याय का मार्ग अपनाना चाहिये ताकि मोक्ष प्राप्ति रूपी दुर्लभ लक्ष्य को प्राप्त किया जा सके ।<sup>46</sup>

इसी में योग का निरूपण करते हुये लिखते हैं कि समदर्शी को ही ज्ञानी कहते हैं यही योग है ।<sup>47</sup>

हरित स्मृति के अनुसार सभी प्रकार के पातकों का नाशक योग है । जिससे प्रवृत्ति धर्म रूपी बन्धन नष्ट जाते हैं और निवृत्ति प्राप्त होती है ।<sup>48</sup>

बलदेव उपाध्याय के अनुसार सभी विकल्पों को हटा कर मन का एकाग्र होना ।<sup>49</sup> जैसा कि स्वयं महर्षि पतंजली जी ने कहा है कि योग चित्त की वृत्तियों के निरोध को कहते हैं ।<sup>50</sup>

46. मोक्षो भवेत् प्रीतिनिवर्त्तिकस्य अध्यात्म योकेकरतस्य सम्यक् ।

मोक्षो भवेन्नित्यमहिंसकस्य स्वाध्याययोगागत मानसस्य ॥

-आप०स्मृ० अ०-१०, श्लो०-७, पृ० -२८४

47. मातृवत् पर दारांश्च परद्रव्याणि लोड्रवत्

आत्मवत् सर्वभूतेषु यः पश्यति सपश्यति ॥- वही- २०, श्लोक - ॥

48. योगाभ्यास बलेनैव नश्येयु सर्वपातकान् ।

तस्माद्योगपरोभूत्वा ध्यायेन्नित्यं क्रियापरः ॥-हा०स्मृ०अ०-७, श्लो०-३

पृ० -३१४

49. सम्यगाधीयते एकाग्रिक्रियते विक्षेपान परिहृत्य मनोयंत्रं तं सं समाधिः । वाक्यकोश ॥

- भारतीय दर्शन बलदेव उपाध्याय पृ० ३०३

50. योगश्चित्त वृत्ति निरोधः । पतंजलीयोगसूत्र २





दि डिवाइन लाइफ सोसाइटी अधीकेश के सन्त स्वामी चिदानन्द जी के शिष्य सन्त स्वामी अध्यात्मानन्द जी योग का अभिप्राय को बहुत सुन्दर शब्दों में प्रस्तुत करते हुये कहते हैं कि शान्ति, क्षमा, प्रेम और उल्लास का अभ्युदय है योग ।

जबकि वास्तव में योग का अर्थ है - आत्मदर्शन आत्म ज्ञान की प्राप्ति, कैवल्य, मोक्ष, अद्भुत पराक्रम, उत्साह, समता, विश्वबन्धुत्व परोपकार, निष्काम सेवा, सबमें अपने का एवं सबको अपने में देखना ही एवं सबके दुःखों का अपना जानना और अपने सुखों को सबमें बाँटना ही असद्वृत्तियों को रोकना अशुद्ध संस्कारों का सर्वनाश तथा सद्वृत्तियों पर आरुढ़ होकर आत्मा को परमात्मा में मिला देना ही योग है ।

२

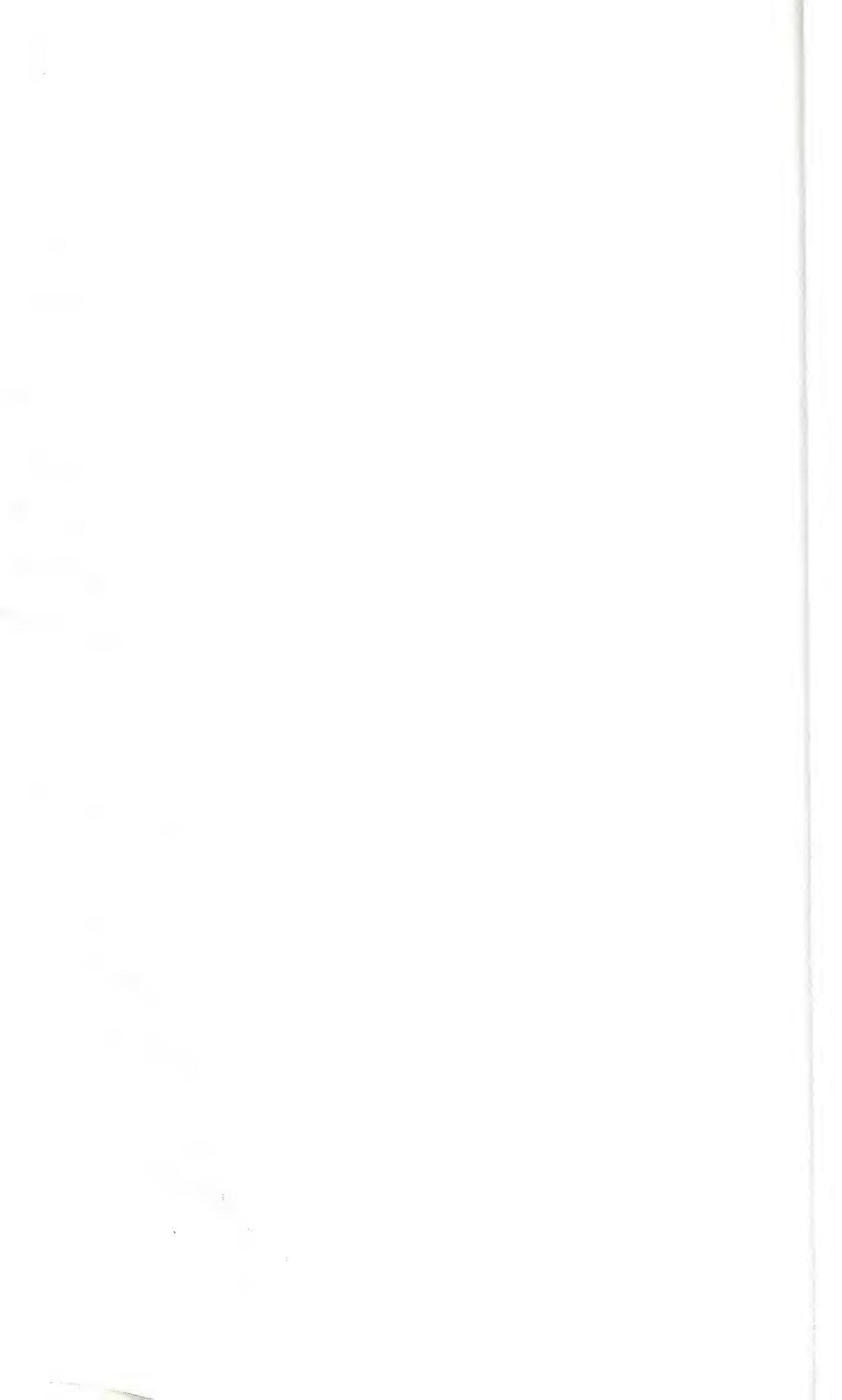
### योग का परिचय

योग दर्शन एक अति प्राचीन दर्शन रहा है । इसका सम्बन्ध एवं इसके मूल तत्वों की जानकारी हमें सर्वाधिक प्राचीन एवं भारतवर्षी महान पहचान श्रुति साहित्य में ऋग्वेद वेद से ही प्राप्त होती है । ऋग्वेद सर्वाधिक प्राचीन एवं अपौरुषेय ईश्वर कृति है । इसी में मुख्यतः "सैमत्व " जैसे योग भावनायें तथा 'प्राणायामादि' से दिग्विजयी तथा आनन्द लाभ करते हुये यत्र तत्र सर्वत्र स्वच्छन्द विचरण करने जैसे उपदेश प्राप्त होते हैं ।<sup>३</sup> जैसे -

१. शीर्षक : शान्ति, क्षमा, प्रेम और उल्लास का अभ्युदय है योग " समाचार पत्र, पंजाब केसरी - 26-4-1999

२. संगच्छेद्वं सवदध्वं सं वो मनसि जानताम् ।

देवाभागं यथापूर्वं सजानानामुपासते ॥-मं० १०, अ०-१२, सूक्त-१९१, मन्त्र=२

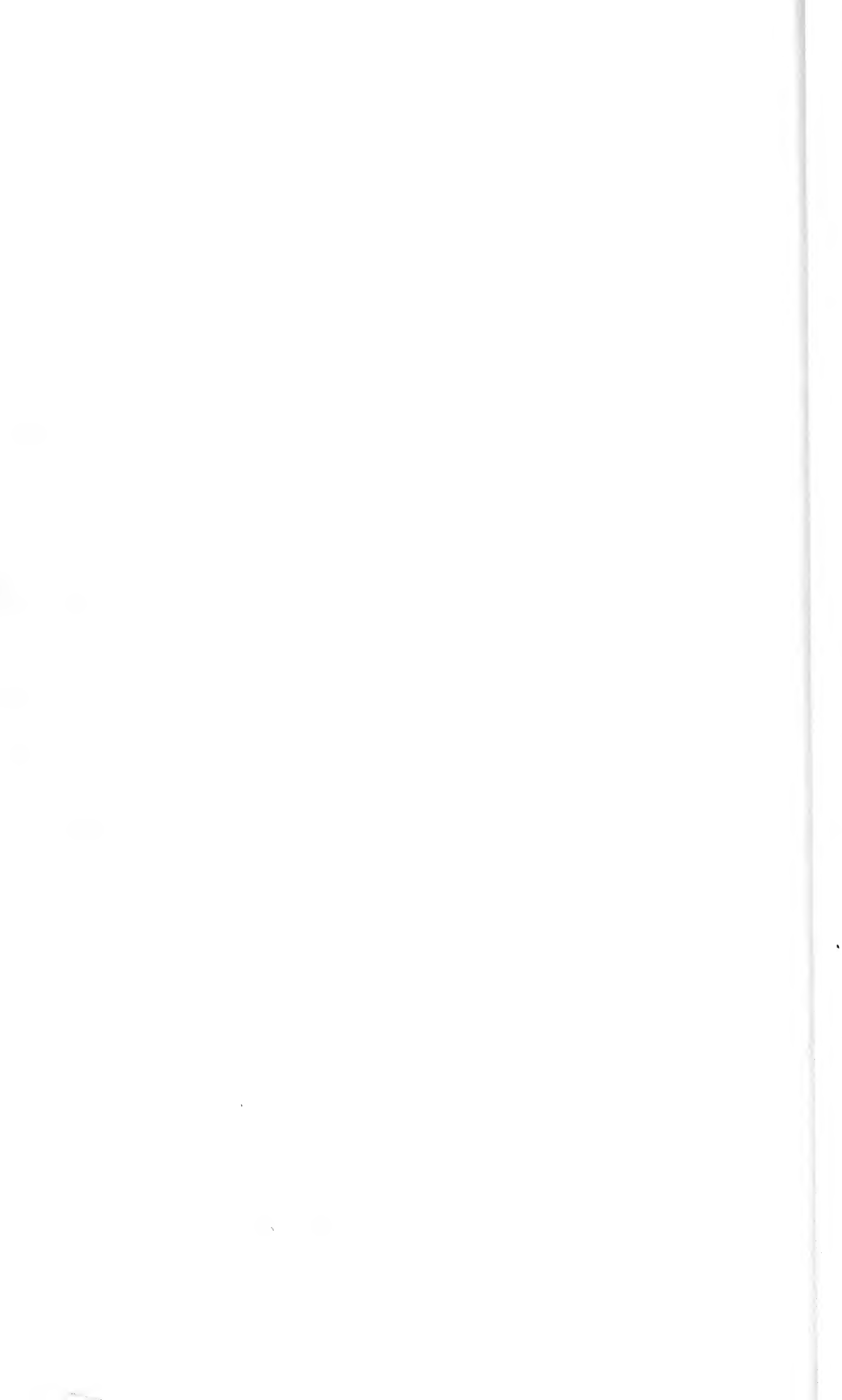


मनुष्य को प्राणायाम विद्या का ज्ञान होना चाहिये जिससे मनुष्य अपनी मन सहित इन्द्रियों एवं उमन पर विजय प्राप्त कर वायु को भी वश में रखे हुये बहुत बड़े सुख एवं आनन्द प्राप्त होते हैं ।<sup>2</sup>

### शुक्ल यजुर्वेद

शुक्ल यजुर्वेद के प्रथम मन्त्र से ही योग जैसे सुस्पष्ट पद्धति को अपनाने का परिचय उपलब्ध होता है "इन्द्रियों को वश में रखना और योग के "प्रशिक्षक की स्थापना " एवं "अपनी रक्षा " जैसे धर्मों पर बल दिया गया है तथा परमात्मा का लाभ प्राप्त करने के उद्देश्य से मनुष्य को धर-धर न भटकना पड़े, ऐसे अनेक मन्त्रों के माध्यम से मन को स्थिर करने एवं धारणा ध्यान समाधिस्थ होकर दृढ़ संकल्प होकर मनुष्य को शिक्षा दी गई है कि "सर्वव्यापक विभु परमात्मा ज्योतिषों में परम ज्योति स्वरूप ईश्वर सबकी देह में अवस्थित आत्मा में ही निवास करता है "अतः सबको चाहिये कि शुभ संकल्पों को ग्रहण करें एवं मन को स्थिर रखी हुये उसको पहचाने ।<sup>3</sup>

2. नूडिठरं मरुतो वीरवक्तो मृतीषाहं रयिमस्मासुधत्तं ।  
सहस्रिनं शतितनं शूशुवासं प्रातर्मुखाध्यावसुर्जगम्यात् ॥ ११-मं०-१, अ०-११, सू०-६४  
मन्त्र - १५
3. ॐ ह्येतो ज्येत्वा वायवस्थ देवोवः सविता प्रार्ययतु श्रेष्ठतमाय कार्मण  
आप्यायध्व मधन्या इन्द्राय प्रजावतीरनमीवा अयक्ष्मा मा वसोन ईश  
त् माध्या सो ध्रुवा अस्मिन् गोपतौ स्यात् वहवी यर्जमानस्य  
पशून्वाहि । - शुक्ल यजुर्वेद, अध्याय-१, प्रथम मन्त्र ।  
ॐ मन्यवेऽयस्तापं क्रोधाय निःसरं योगाय युक्तारम् .... ॥ अ०-३०, मन्त्र-४४  
ॐ यमा ममस् अर्धग्न्योऽवतोका संवत्सराय पर्यायिणी ..... ॥ १५  
ॐ यज्जाग्रतो दूरमुदैति दैवं तदुसुप्तस्य तथैवेति ।  
दूरइ. गमंज्ज्योतिषां ज्योतिरेकन्तन्ये मनः शिव संकल्पमस्तु ॥ १-अ०-३४, मं०-१५  
येन कमव्यपसो ..... मनः शिवसंकल्पमस्तु .... अ०-३०, मन्त्र-१-६



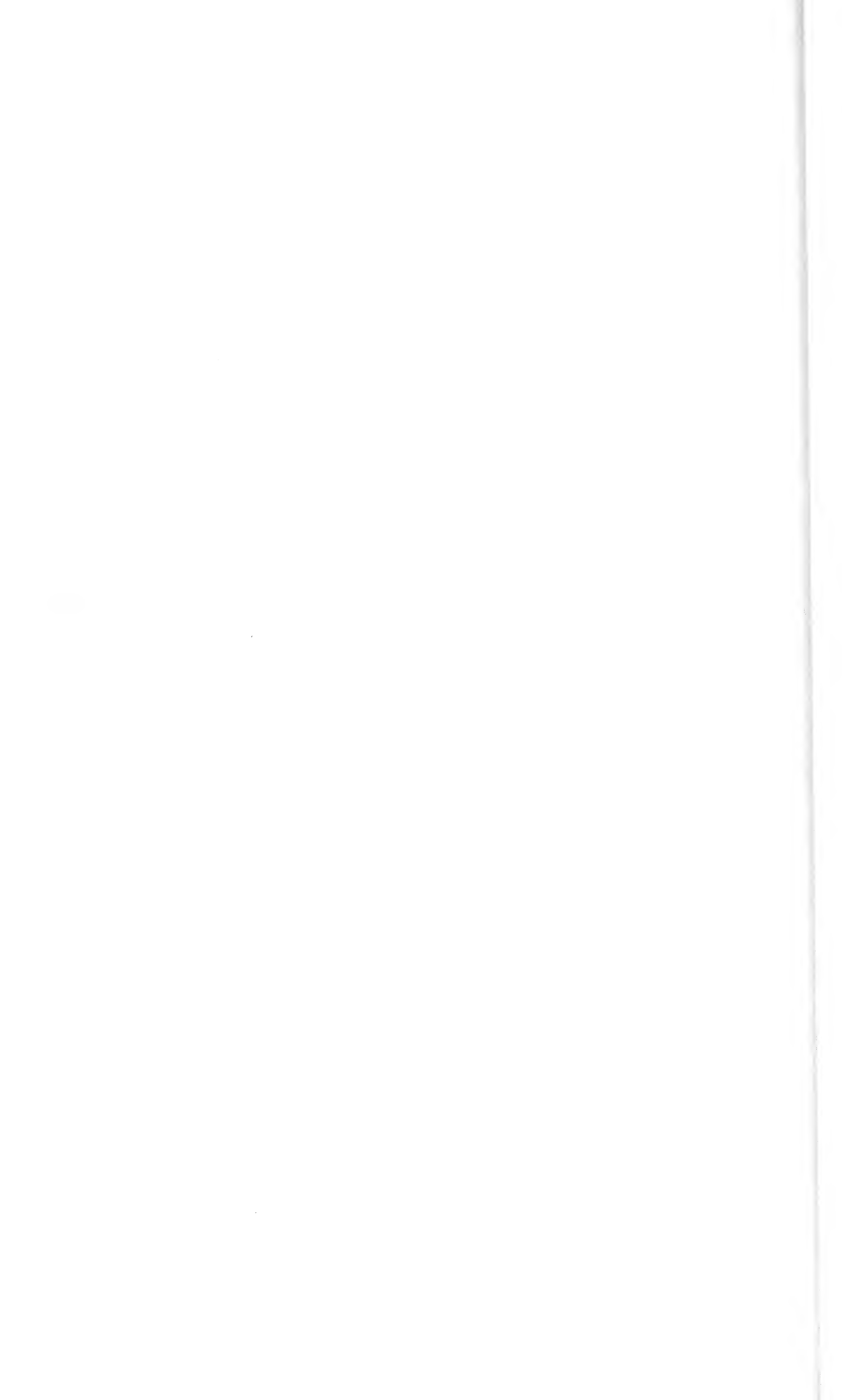
## सामवेद

सामवेद = श्रुति कहती है कि "मनुष्य को आत्म ज्ञान के लिए योग का आश्रय लेते हुये मोक्ष को प्राप्त करना चाहिये ।"<sup>1</sup>

ईश्वर - सर्वव्यापक है सबका स्वामी है अतः ईश्वर की स्तुति करनी चाहिये जिससे प्राणी यथार्थ तत्त्व को प्राप्त कर सके ।<sup>2</sup> इतना ही नहीं आगे सामवेद गीतिका के माध्यम से सम्पूर्ण समाज एवं आध्यात्मिक प्रेमियों के लिए विशेष उपदेश है कि यदि मनुष्य गृहस्था में रहकर आत्म ज्ञान की प्राप्ति में असमर्थ है तो उसे "पर्वतों की गुफाओं एवं नदियों के संगम अर्थात् तीर्थ स्थानों पर जाकर योग साधना करते हुये आत्म ज्ञान प्राप्त करना चाहिये ।"<sup>3</sup> तथा च जैसे -

"सभी छोटी - बड़ी नदियां अपने स्वामी समुद्र की तरफ झुकती हैं, ऐसे ही प्राणियों को भी अपने परम लक्ष्य परमात्म तत्त्व ईश्वरीय ज्ञान की तरफ झुकना चाहिये और मोक्ष प्राप्त करना चाहिये " ।<sup>4</sup>

1. ॐ तरणारत्सिञ्जासति वाजं पुरुन्ध्यां युजा ।  
आ व इन्द्र पुरुहूतं नमे गिरा नेमिंतष्टेव सुदुवम् ।<sup>२५/० ८०</sup> १- अ०-२, दशती-१०, २३८
2. ॐ यो राजा चर्षणीनां यातारथोमिराध्रिमुः ।  
विशवासां तरुता पृतनानां ज्येष्ठ यो वृत्रहागृणे ॥-अध्याय ३, दशती - ५
3. ॐ उपह्वरे गिरीणां संगमे च नदीनाम् । धीयो विप्रा अजामत ॥-१४२/५
4. ॐ समस्य मन्ववे विश्वो विश्वा नमन्तः कृष्टयः ।  
समुद्रायेव सिन्धवः ॥ - अ० २, दशती ३ ॥



## उपनिषद्

ईशावास्योपनिषद् से जो वास्तविक शिक्षा मिलती है उसे ज्ञान एवं कर्म योग पर ही बल दिया गया है - विद्या - अविद्या एवं सम्भूति एवं असम्भूति को साथ-साथ लेकर चलने का उपदेश है एक ही तरह की विद्या या अविद्या से मनुष्य को आत्मतत्त्व का ज्ञान उपलब्ध नहीं हो सकता है इसलिए ईशावास्योपनिषद् से जो योग का परिचय प्राप्त होता है वह वास्तव में ज्ञान कर्म योग के रूप में प्राप्त होता है । इसमें कहा गया है कि ज्ञान और कर्म दोनों का भलि भांति अनुष्ठान करने वाला मनुष्य ही इन दोनों साधनों के द्वारा सर्वोत्तम तथा वास्तविक फल प्राप्त कर सकता है - इसलिये इन दोनों का यथार्थ रूप न समझने वाले जो अनुष्ठान करते हैं उनकी दुर्गतिका वर्णन किया गया है जैसे -

"जो केवल अविद्या ४ सांसारिक भोगों को प्राप्त करने के लिए कर्म करते हैं और जो मात्र अहंकार अभिमान रूपेण ज्ञान के लिए ही प्रयास रत हैं ये दोनों ही अन्धकार में प्रवेश करते हैं ।"

शास्त्र के यथार्थ तात्पर्य को समझकर ज्ञान और कर्म का अनुष्ठान करना चाहिये जैसे और " जो दोनों का यथार्थ ज्ञान प्राप्त कर लेता है । दोनों को एक ही सूत्र में परो लेता है वही अमरत्व को प्राप्त होता है " ।

1. अन्धतमः प्रविशन्ति येऽविद्यामुपासते ।  
ततो भूय इव ते तमो य उ विधाया रताः ॥  
अन्यदेवाहुर्विद्ययान्यदाहु रविधया ।  
इति शुश्रुम धीराणां ये नस्तद् विचक्षिरे ॥
2. विद्यां चाविद्यां च यत्पुनः वेदीभ्यं सह ।  
अविधया मृत्युतीर्त्वा विद्ययामृतमश्नुते ॥-ईशावास्योपनिषद् -9, ॥





इसके अतिरिक्त "जो केवल देव पितारारादि की उपासना में ही लगे हैं वो भी मोक्ष को प्राप्त नहीं कर सकते हैं एक जो केवल परमेश्वर के चिन्तन मात्र में ही संलग्न है उन्हें भी ब्रह्म ज्ञान नहीं मिल सकता है अर्थात् दोनों को साथ-साथ प्राप्त करने से ही ज्ञान प्राप्त होता है" <sup>3</sup>

### केनोपनिषद्

केनोपनिषद् उपादिष्ट करती है कि ब्रह्मविद्या के श्रवण मात्र से ही ब्रह्म ज्ञान हो जाता है बल्कि इसके लिए विशेष साधनों की आवश्यकता होती है जैसे - "उस रहस्यमयी ब्रह्म विद्या के तपस्या, मन-इन्द्रियों का नियन्त्रण कर्तव्य पालन ये तीनों आधार हैं, वेद उस विद्या के सम्पूर्ण अंग हैं अर्थात् वेद में उसके अंग प्रत्यंगों का तीव्रस्तर वर्णन है । सत्य स्वरूप परमेश्वर उसका अधिष्ठान - प्राप्तव्य है ।" <sup>2/</sup>

इसमें तपस्या ४ भूमि ४ योग से मन और इन्द्रियों पर नियंत्रण एवं कर्मयोग तीनों का वर्णित किया गया है और " जो इस तरह तीनों को साथ-साथ लेकर इस रहस्यमयी ब्रह्मविद्या को जान लेता है या परहित वही सर्वश्रेष्ठ परमधाम अविनाशी असीम में सदा-सदा के लिए प्रतिष्ठित ४ स्थित ४ हो जाता है"। <sup>3</sup>

3. सम्भूतिं च विनाशं च यस्तद वेदीभ्यं रताः ।  
विनाशेनमृत्युंतीत्वा सम्भूत्यामृतमश्नुते ॥ - ईशावास्योपनिषद् - 14

4. तस्यै तपोदमः कर्मेति प्रतिष्ठा वेदाः  
सर्वाङ्गानि सत्य मायतनम् <sup>अध्याय-4, काण्ड-4, कण्डिका</sup>

5. यो वा एतामेवं वेदापहत्य पाप्मानमनन्तै स्वर्गे लोके जयेये  
प्रतिप्रतिष्ठति प्रति तिष्ठति । <sup>अध्याय-4, कण्डिका - 9</sup>



कठोपनिषद् से योग का परिचय निम्न भाव से प्राप्त होता है -

कठोपनिषद् कहती है कि "जो योग माया के पर्दे में छिपा हुआ सर्वार्थी सबके हृदय रूप गुहा में स्थित ॥ अतएव ॥ संसार रूप गहन वन में रहने वाला सनातन है ऐसे उस कठिनता से देखे जाने वाले परमात्म देव को शुद्ध बुद्धि युक्त साधक अध्यात्म योग की प्राप्ति के द्वारा समझकर हर्ष एवं शोक को त्याग देता है ।" <sup>6</sup>

इसमें स्थिर इन्द्रियों की धारणा को ही योग माना गया है , क्योंकि उस समय साधक प्रमाद रहित हो जाता है । योग उदय और अस्त होने वाला है । <sup>7</sup>

मुण्डकोपनिषद् से भी योग का ज्ञान उपलब्ध होता है यथा -

जिनहोंने वेदान्त ॥ उपनिषद् ॥ शास्त्र के विज्ञान द्वारा उसके अर्थभूत परमात्मा को पूर्ण निश्चयपूर्वक जान लिया है । कर्मफल एवं आसक्ति के त्यागरूप योग से जिनका अन्तःकरण शुद्ध हो गया है वे समस्त प्रयत्नशील साधकगण मरण काल में ॥ शरीर त्याग कर ॥ ब्रह्मलोक में जाते हैं परम अमृत स्वरूप होकर सर्वथा मुक्त हो जाते हैं । <sup>8</sup>

६. तां ह्रुर्दृशीं गूढमनुप्राविष्टं, गुहाहितं गहवरेष्ठं पुराणम् ।

अध्यात्म योगार्धिधनमेन देवं, मत्वा धीरो हर्षं शौको जहार्ति ॥

- कठोपनिषद्, अध्याय-१, वल्ली-२, मन्त्र-१२

७. तां येणमिति मन्यन्ते स्थिरामिन्द्रियधारणाम् ।

अप्रमत्तस्तदा भवति यो हि प्रभाष्ययौ ॥ - वही-अध्याय-२, वल्ली-३,

मन्त्र - ॥

८. वेदान्तविज्ञानसुनिश्चितार्थाः सन्यासयोगाद् यतमः शुद्धसत्त्वाद् ।

ते ब्रह्मलोकेषु परान्तकाले परामृताः परिमुच्यन्ति सर्वे ॥

- मुण्डकोपनिषद् - ३ , खण्ड - २, मन्त्र - ६



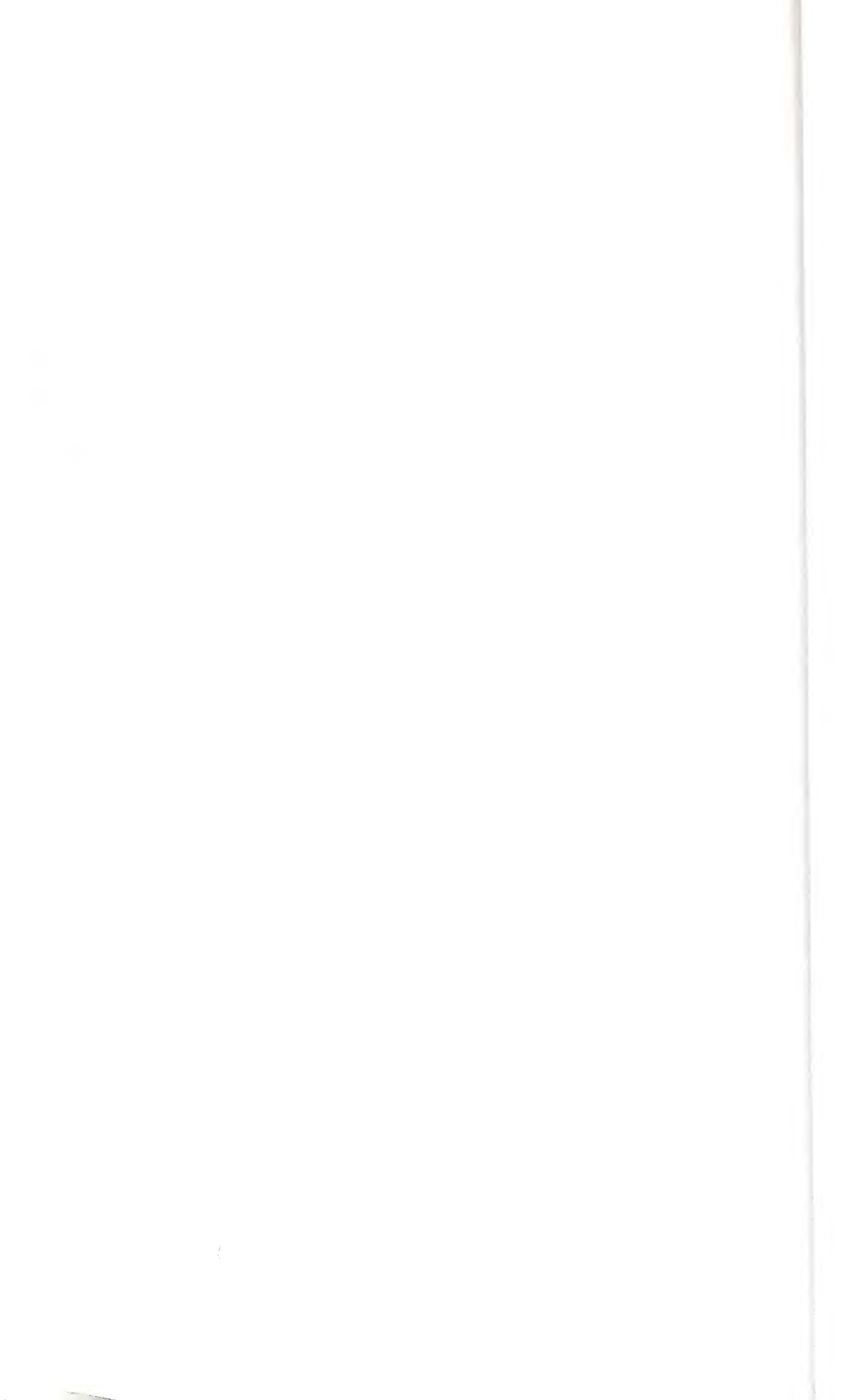
वास्तव में योग ही एक ऐसा दर्शन है जिसके द्वारा योगी परतत्त्व को  
 पा सकते हैं जिसका परिचय श्वेताश्वतरोपनिषद् में इस प्रकार से उपलब्ध होता  
 है कि किस प्रकार योग साधना करनी चाहिये ?

बुद्धिमान मनुष्य को चाहिये कि तिसर, गला और छाती ये तीनों अंग  
 उभे उठाये हुये शरीर को सीधा और स्थिर करके समस्त इन्द्रियों को मन के  
 द्वारा हृदय में निरुद्ध करके उं कार रूप नौका द्वारा सम्पूर्ण भयंकर स्रोतों  
 को पार कर जाये ।

एवं अन्तरात्मा का निरूपण करते हुये श्वेताश्वतरोपनिषद् कहती है कि  
 "यह अन्तरात्मा अंगुष्ठ मात्र परिमाण वाला अन्तर्धामी परम पुरुष सदा ही  
 मनुष्यों के हृदय सम्यक् प्रकार से स्थित है , मन का स्वामी निर्मल हृदय और  
 विशुद्ध मन से अभिक्लृप्त = ध्यान में लाया हुआ ॥ प्रत्यक्ष होता है ॥ जो इस  
 परब्रह्म परमेश्वर को जान लेते हैं वे अमर हो जाते हैं ।"

बृहदारण्यक एवं दान्दोग्य उपनिषदों में योग का परिचय इस प्रकार  
 दिया गया है । जैसे श्रुति कहती है - "आत्मा को जानो इसके विषय में सुनना  
 सुनकर मनन करना चाहिये एवं इसे मननपरक होकर अर्थात् मन को केन्द्रित करते  
 हुये निदिध्यास समाधि योग से दर्शन करने चाहिये ।"

१. त्रिरुन्तं स्थाप्य समं शरीरं, हृदीन्द्रियाणि मनसा संनिवेश्य ।  
 ब्रह्मोदुपे न प्रतरेत विद्वान्, स्रोतांसि सर्वाणि भयावहानि ॥  
 - श्वेताश्वतरोपनिषद् , अ० - २, मन्त्र - ८
२. अङ्गुष्ठमात्रः पुरुषोऽन्तरात्मा सदाजनानां हृदये सन्निविष्टः ।  
 हृदामन्वीशो मनसाभिक्लृप्तो, य एतद् विदुरमृतास्ते भवन्ति ॥ - वही - अ० - ३  
 मन्त्र - १३
३. आत्मा च अरे द्रष्टव्यो श्रोतव्यो मन्तव्यो निदिध्यासितव्यश्च ।



पापों से रहित आत्मा ही अन्वेष्टन का विषय है एवं उसे विज्ञानपूर्वक जानना चाहिये ।" यह ब्रह्मात्मता योग ज्ञान एवं शास्त्र के बिना ज्ञान नहीं हो सकती वह सत्य है एवं ब्रह्म भी वही है "जैसे तू सत्य है एवं ब्रह्म है " 12

गीता

भगवान श्री कृष्ण जी भी गीता में योग से परिचित करवाते हुये कहते हैं कि हे अर्जुन यह धर्म में तुझे योग का उपदेश कर रहा हूँ यह मेरे द्वारा प्रतिपादित नहीं है बल्कि बहुत काल पूर्व मुझे इसे विवस्वाक्ष मनु इक्ष्वाकु ने जाना था जो समय के साथ-साथ लोप सा हो गया था जिसे आज पुनः मैं तुम्हें उपदिष्ट कर रहा हूँ । इसे परम्परानुगत राजर्षियों ने जाना परन्तु यह भी काल के साथ ही अधिकतर योग नष्ट सा हो चुका था । और जो आज मैंने योग कहा यह वास्तव में पुरातन है । हे सखा अर्जुन मुझे लगता है कि तुम इसके योग्य अधिकारी भक्त हो इसलिए मैंने तुम्हें इस रहस्यमयी एवं सर्वोत्तम विद्या को उपदिष्ट किया । अर्थात् योग सर्वोत्तम एवं सर्वोत्कृष्ट विद्या है इसे जानो । 13

12 य आत्माऽपहतापाप्मा -सोऽन्वेष्टव्यः स विजिज्ञासितव्यः ॥  
-छान्दोग्योपनिषद्- 87/1

रति ब्रह्मात्मभावस्य शास्त्रमन्तरेणानवगम्य मानत्वात् ।-सूत्र-4, अ०-1, पृ०-40

13 इयं विवस्वते योगं प्रोक्तवानहमव्ययम् ।  
विवस्वानमनवे प्राहमनुरिक्ष्वाकवेऽब्रवीत् ॥  
एवं परम्पराप्राप्तमिमं राजर्षयोः विदुः ।  
कालेनेहमहता योगो नष्टः परंतप ॥  
स एवायं मया तेऽय योगः प्रोक्ताः पुरातनः ।  
भक्तोऽसीति मे सखा चेति रहस्यद्वेत दुत्तमम् ॥ -गीता, अ०-4, श्लो०-1-3





## स्मृतिधों में से योग का परिचय

मनु आदि स्मृतिधों से भी योग का परिचय प्राप्त होता है । मनुस्मृति में योग के विषय में कहा गया है कि स्वाध्याय, व्रत, यज्ञ = ॥ पञ्च महायज्ञ ॥ पुत्रोत्पाद ब्रह्मयोग = ॥ ज्ञान यज्ञ और अग्निष्ठोमा से ही यह शरीर मुक्ति को प्राप्त होता है ।<sup>१</sup>

आगे मुक्ति में महत्वपूर्ण स्थान रखने वाले पथ का भी वर्णन करती हुई मनुस्मृति कहती है कि मनुष्य को "योगी को प्रणव का जाप एवं प्राणायाम क्रिया को अपनाना चाहिये तथा सत्यता का पालन करना चाहिये तभी देह विदेह मुक्त हो सकता है ।"<sup>२</sup>

याज्ञवल्क्य स्मृति से पता चलता है कि महर्षि याज्ञवल्क्य जी ने एक बृहदारण्यक नामक ग्रन्थ की रचना ही योग शास्त्र के रूप में कर दी थी ।

जैसा मुझे भगवान् सूर्यदेव से योगज्ञान प्राप्त हुआ एवं मुझ द्वारा जाना गया वैसा ही मैंने योग ज्ञान के जानने वालों के लिए बृहदारण्यक शास्त्र की रचना कर दी है जिसमें योग की पूर्ण शिक्षा है । इससे पूर्व योग से आत्म दर्शन को ही परम धर्म भी कहा है ।<sup>३</sup>

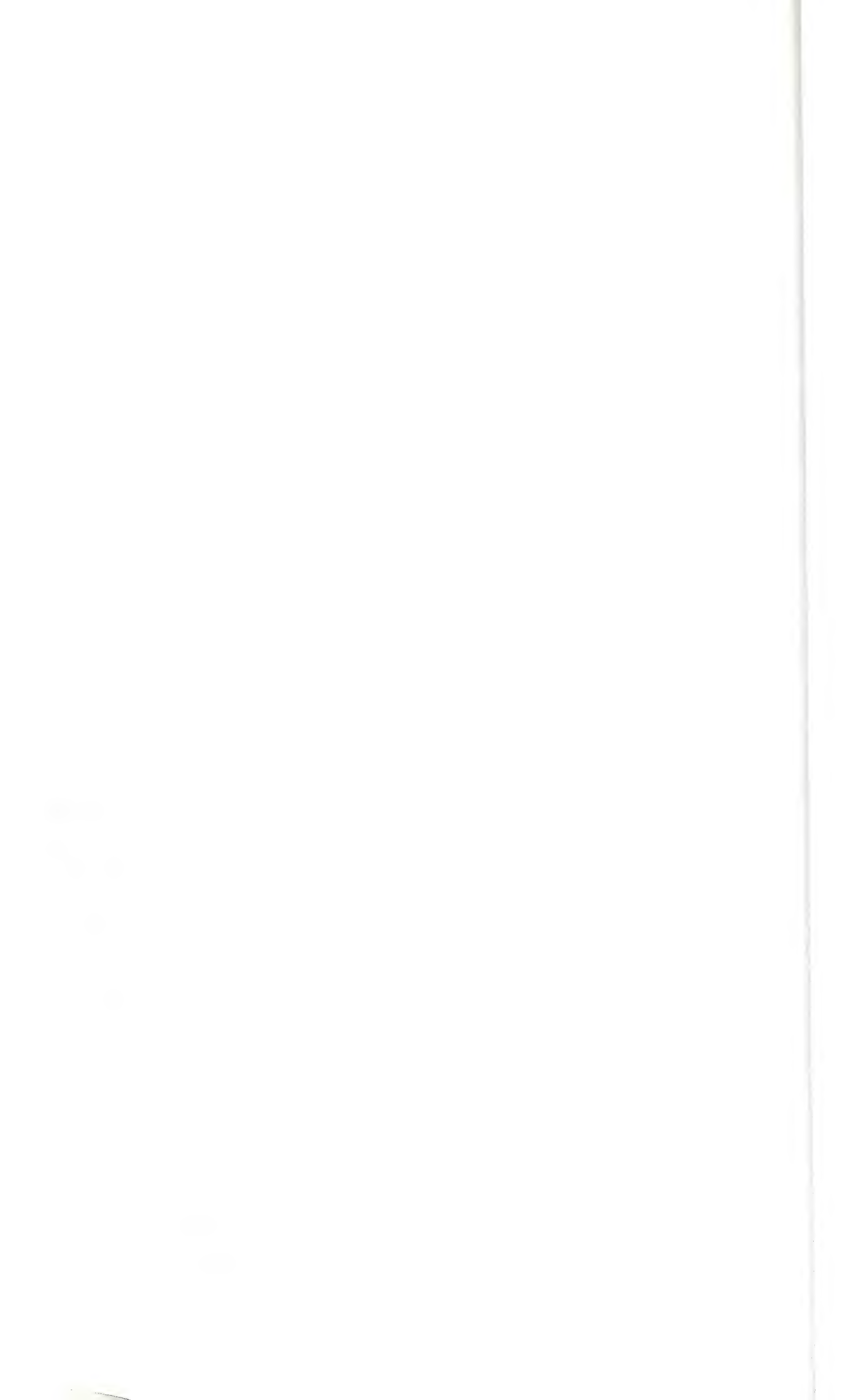
१. स्वाध्यायेन ब्रूते होमित्रैर्विधेनेज्ययासुतेः ।  
महायज्ञैश्च यज्ञैश्च ब्राह्मीयं क्रियते तनुः ॥ - मनुस्मृति - २/२८

२. एकाक्षरं परंब्रह्म प्राणायाम परं तपः ।  
साविज्यस्तु परं नास्ति मोनात्सत्यंविशिष्यते ॥ - वही - २/८३

३. ज्ञेय चारण्यकमहं यदादिदयादवाप्तवान् ।  
योगशास्त्रं मया प्रोक्तं ज्ञेयं योगमभीप्सता ॥ - याज्ञवल्क्य स्मृति,  
प्रायश्चित्ताध्याय - श्लोक - ॥ १०

इज्याचारदमार्हिंसादानस्वाध्यायकर्मणाम् ।

अयंतुपरमोर्ध्वयुगे नात्मदर्शनम् ॥ - याज्ञवल्क्य स्मृति



दक्ष स्मृति ने तो और भी अधिक सुन्दर रूप प्रकटित किया है योग ज्ञान के रूप का जैसे - "क्षेत्रज्ञं मनो वृत्तिरहितं करके परमात्मा में एकीकरण करके छोड़ देते हैं, वास्तव में मुख्य योग यही है ।"<sup>1</sup>

हारीत स्मृति से भी योग का परिचय मिलता जिससे पता चलता है कि हारीत भी योगज्ञानी थे जैसे -

"योग शास्त्रं प्रवक्ष्यामि तक्षेपात्सारमुत्तमम् ।  
यस्य च श्रवणादयान्ति मोक्षज्यैव मुमुक्षवः ॥"<sup>2</sup>

तक्षेप से मैं उस सर्वादिष्ट एवं सारयुक्त योगशास्त्र को कहता हूँ जिसके श्रवण से मोक्ष के इच्छुक मुक्ति मोक्ष अपवर्ग को प्राप्त हो सके ।

### शंख

शंख स्मृति से भी योग विषयक परिचय प्राप्त है जिसमें मोक्ष के लिए योग को ही अपनाया गया इतना ही नहीं हारीता एवं दक्ष स्मृति की तरह ही उन्होंने भी सप्तम अध्याय पूर्ण रूप से योग को ही समर्पित कर दिया है । सब प्राणिमयों के हितकारी होना सबको समान समझना पत्थर, लोहे एवं काज्जल को समान भगवत् से देखना तथा ध्यान योग में निमग्न रहते हुये और भ्रष्टाचार करने से परागति मोक्षदायिनी गति प्राप्त होती है ।<sup>3</sup>

1. वृत्तिहीनं मनः कृत्वा क्षेत्रज्ञं परमात्मनि ।  
एकीकृत्य विमुच्येत योगोऽयमं मुख्य उच्यते ॥ - दक्ष स्मृति २०७ अ० १५
2. हारीत स्मृति - 7/2
3. सर्वभूतहितो मेवः समलोऽप्राश्नकज्जलः ।  
ध्यान योग रतो नित्यं भिक्षुर्धियात् परांगतिम् ॥ - शंख स्मृति, अ०-३, श्लो०-८



अत्रिस्मृति भी इसी तरह से परिचित करवाती है जैसे कि -

वेदान्त को नित्य पढ़ने से एवं सही तरह की संगति का परित्याग करें।

सांख्य एवं योग का नित्य प्रति विचार एवं अभ्यास करने वाला ही विप्र द्विज कहलाता है।<sup>1</sup>

वास्तविक रूप से यदि मुक्ति विषय ज्ञान प्राप्त होता है तो वास्तव में योगमार्ग से ही हो सकता है जैसे कि बोधायन स्मृति के वचन है कि -

योगाभ्यास से ज्ञान को प्राप्त करे, योग ही वास्तविक धर्म का लक्षण है।

योग के मूल में जीवन के सब गुण निवास करते हैं इसी कारण से सदा सदा मनुष्य को योगाभ्यासयुक्त रहना चाहिये।<sup>2</sup>

योग का परिचय - पुराणों से

योग के विषय में भागवत्पुराण से भी बहुत सी सामग्री एवं परिचय मिलता है यहां हर एक स्कन्द एवं अध्यायों में ज्ञान योग कर्म योग एवं भक्तियोग का वर्णन मिलता है यथा -

देवहूति को कपिल जी अष्टांग योग का उपदेश करते हुये कहते हैं कि -

कपिल भगवान कहते हैं - माला जी। अब मैं तुम्हें सबीज ऋषेय स्वरूप के आलम्बन से युक्त ऋ योग का लक्षण बताता हूँ, जिसके द्वारा चित्त शुद्ध एवं प्रसन्न

1. वेदान्त पठते नित्यं सर्वसंग परित्यजेत् ।

सांख्य योगविचारस्थः स विप्रोद्विज उच्यते ॥ -अत्रिस्मृति - 362

2. योगेनावप्यते ज्ञानं योगो धर्मस्य लक्षणम् ।

योगमूलाः गुणासर्वे तस्मादयुक्तः सदा भवेत् ॥ -बोधायनस्मृति ,

अध्याय - चतुश्रोत्रवगध्याने मनोव्यापककामाति प्रायश्चित्तम्, श्लोक- 27



होकर परमात्मा के मार्ग में प्रवृत्त हो जाता है ॥ परमात्मा अर्थात् आत्म तत्व को पहचानते हुये मुक्ति को प्राप्त हो जाता है ।

अतः योग साधना से परमतत्व की प्राप्ति का उल्लेख अधिकाधिक रूपेण लगभग सभी पुराणों से मिलता है । जैसे गरुड़ पुराण कहता है कि मनुष्य के अन्दर छः चक्र होते हैं और मनुष्य को उन्हें पहचानना चाहिये तथा उनके स्थानों की जानकारी भी जरूरी होनी चाहिये जैसे -

1. मूलाधार , 2. स्वर्वाष्टान , 3. मणिपूरक, 4. अनाहत ,  
5. विशुद्धादय एवं 6. आज्ञा क्रमशः ये छः चक्र होते हैं । इनके स्थान निम्नलिखित हैं -

मूलाधार लिंग देश में , स्वर्वाष्टान नाभिदेश में, मणिपूरक हृदि हृदय देश में, अनाहत कण्ठ देश में, विशुद्धादय भुवों के मध्य में एवं ब्रह्मरन्ध्र देश में आज्ञा चक्र होता है । अर्थात् शिखा के मूल स्थान में ब्रह्मरन्ध्र चक्र रहता है इन्हें क्रमशः योग से ही जाना जा सकता है । ये न तो भोक्ति से अनुसन्धान योग्य है और न ही कर्मयोग के ही साधन से सम्पन्न होते हुये दिखाई देते यदि ये किसी प्रकार अनुसन्धान के योग्य हैं तो केवल मात्र योगाभ्यास मात्र से ही हैं ।

1. योगस्य लक्षणं वदये सदीजस्य नृपात्मजे ।

मनो ये नैव विधिना प्रसन्नं याति सत्पथम् ॥ - भागवतपुराण, स्कन्द-3,  
अध्याय - 18, श्लोक-

2. मूलाधारः, स्वर्वाष्टानं, मणिपूरकमेव च ।  
अनाहतं विशुद्धादयाज्ञां षट्चक्रमुच्यते ॥

मूलाधार लिङ्ग देश, नाभियों हृदि च , कण्ठ में भुवों मध्ये ।  
ब्रह्मरन्ध्रे क्रमाच्चक्राणि चिन्तयेत् ॥ - गरुड़पुराण





## चरक संहितायाम् योगस्य शिक्षायाः महत्त्वम्

योग का पारचय हमें चिकित्साशास्त्रों आयुर्वेद से भी प्राप्त होता है, जिसमें शरीर एवं मन दोनों को स्वस्थ रखने के लिए योग ज्ञान पर बल दिया गया है जैसे चरक संहिता स्वयं कहती है कि -

“शरीर एवं मन दोनों ही व्याधियों की आश्रयस्थली हैं एवं इन्हें स्वस्थ रखने का एक मात्र सबसे सुन्दर उपचार योगाभ्यास ही है ।”

इससे पता चलता है कि जो परिपाटी आज एक तरफा विद्यालयों में भीतिकता की दृष्टि से अगनाई जा रही है वह आज यन्त्र साधनों से एक जाने के बाद पुनः पुरातन परम्परा को मात्र जाग्रत करती है न कि कोई नई विधि है क्योंकि इसका सम्बन्ध आज से हजारों वर्ष पूर्व चरक के युग में भी था और उससे भी पूर्व ऋग्वेद काल से ही चला आ रहा था जिसका वर्ण प्रारम्भ में ही लगभग हो चुका है ।

### 3. सामान्य अवधारणा

लोक में योग विषयक सामान्यावधारणा वस्तुतः आज भी उसी तरह से है जैसी लोक में गरुड़ पुराण विषयक एवं गीताविषयक तथा महाभारत विषयक है ।

1. शरीरं सत्त्व संज्ञं च व्याधीनामाश्रयोमतः ।

तथा सुखानां योगस्तु सुखानां कारणं समः ॥ क. च. टी. ० दी. ० जी. अ. ० श्लो. ० २५

- चरकसंहिता - अ. ० १ - श्लोक - 55 , पृ० - 31



परन्तु इसमें भी कुछ ऐसे दार्शनिक रहे हैं जिन्होंने कुछेक कड़ियों को चुन  
१ गृहण कर साधना को और उन्हें ही सम्पूर्ण योग कह दिया ।

### सामान्य अवधारणा

इन सबके अतिरिक्त जो हम जगत् में देखते हैं कि कुछेक लोग तपश्चर्या  
के माध्यम से तपस्वी बनकर यति बन जाते हैं और मन और बुद्धि में ही आसक्त  
रहते हैं, विषय व्यापार में लगे रहते हैं, क्या उन्हें समाधि प्राप्त हो सकती  
है ? इस विषय में भी दक्ष स्मृति सुस्पष्ट करती हुई कहती है कि "जो मन  
और बुद्धि में आसक्त है और यति धर्म को अपनाये हुये है, वे कभी भी मोक्ष  
को प्राप्त नहीं हो सकते हैं ।" अतः योग इससे भिन्न है ।

फिर योग क्या है ?

दक्ष स्मृति कहती है कि "योग का तात्पर्य अपनी ही आत्मा में रमण  
करते हुये आत्मरत रहना, सुषुप्त एवं जाग्रत अवस्थाओं में भी योगनिष्ठ रहना  
तथा सर्वत्र आत्मवत् भाव रखते हुये आभ्यन्तर एवं बाह्य उभयावस्था में समत्व  
रहते हुये आत्म चिन्तन में लगे रहना ही सच्चा योगाभ्यास है ।

1. विद्यासत्याचत्तोहि यात मोक्षं न विन्दति ।  
यत्नेन विद्यासक्तिं तस्माद्योगी विवर्जयेत् ॥-दक्षस्मृति- 7/12
2. याश्चात्मनि रतोनित्यं क्रीडन्स्तथैव ।  
आत्मनिष्ठश्च सततमात्मन्येव स्क्वभावतः ॥ - वही - 7/8  
रतश्चैव स्वयंतुष्टः सुतुष्टो नाऽन्य मानसः ।  
आत्मन्येव सुतुष्टोऽसौ योगस्तस्य प्रसिद्धयति ॥- वही - 7/9  
सुप्तोऽपि योग युक्त जाग्रच्चायं विशेषतः ।  
इह क्लेशः स्मृतः श्रेष्ठो गरिष्ठो ब्रह्म वादिनाम् ॥ - वही - 7/10  
य आत्मव्यतिरेकं द्वितीयं न पश्यति ।  
ब्रह्मीभ्यः स एवं हि दक्ष पक्ष उदाहृतः ॥ - वही - 7/11



अधिकतर यही देखा गया है कि आज भी हमारा समाज अत्यधिक पिछड़ा हुआ लगता है और जब कोई समाज के अन्दर से कोई प्रतिभा<sup>वाला</sup> एवं बौद्धिक दृष्टि से सम्पन्न होकर ऊपर की ओर उठता है, तो उसे बहुत सी परेशानियों का सामना करना पड़ता है। उस पर अनेक मुहावरे एवं लोकोक्तियाँ कसी जाने लगती हैं। जिनके कारण स्वरूप प्रतीभावान् को भी समाज अपनी तरह का सामाजिक बनने के लिए विवश कर ही देता है। बहुते में कोई इक्का - दुक्का ही ऐसे लोग बच पाते हैं, जो समाज से ऊपर उठने की कोशिश कर पाते हैं और फिर उसी समाज को अपने पीछे चलने के लिए<sup>विश</sup> कर देते हैं।

ऐसी ही परम्परा एवं लोकविश्रुति गीता विषयक भी है, जिसने आज भी शहरों की अपेक्षा ग्रामीण इलाकों में निन्दा पायी है। ग्रामीणों के मुखों से अक्सर यही सुनने को मिलता है कि, गीता मरणासन्न व्यक्ति को सुनाई जाती है। इसे नहीं पढ़ना चाहिये। इसे पढ़ने वाले बच्चे सन्यासी हो जाते हैं, वैराग्य को प्राप्त हो जाते हैं। जबकि गीता सम्पूर्ण जीवन का वास्तविक ज्ञान प्रदान करती है।

गीता की तरह ही लोकविश्रुति 'गरुड़पुराण' विषयक भी है, जिसे गीता की तरह ही जीव के देह त्याग देने के पश्चात् उसके पीछे जीव को ही सम्मुख रखकर सुनाया जाता है जबकि वास्तविकता कुछ और है। वास्तविकता तो यहां तक है कि प्राणी के प्राण त्यागने के पश्चात् प्राणी का कुटुम्ब उदासीन होता है। कुटुम्बियों के हृदय द्रवित होकर कच्चे होते हैं, जिससे उन कुटुम्बियों को गरुड़पुराण की शिक्षा से तबेकी बनाने का सुप्रयास होता था (जैसे कच्चे घड़े



को जैसे भी रंग से रंगा जाये, पकने के पश्चात् वैसे ही रंग से रंग जाता है, वैसे ही मनुष्य की जिन्दगी भी कई बार कच्ची होती है, परन्तु बहुत कम मनुष्य ऐसे हैं जो उसका लाभ प्राप्त कर पाते हैं। जबकि गरुड़ पुराण एक बहुमूल्य एवं योगविषयक शास्त्र है, फिर भी लोग उसे अपने घर से ऐसे ही दूर रखना चाहते हैं कि जैसे छुआछूत की बिमारी हो। दसवें दिन के पश्चात् ही गण्डित को ले जाने के लिए कह देते हैं।

यहां तक महाभारत महाकाव्य का प्रश्न है वह तो इनसे भी ज्यादा निन्दा को प्राप्त हो चुका है। इस महाकाव्य का कलेवर तो सबसे बड़ा तो है ही, उसी के साथ-साथ यह समाज से भी उतना ही दूर भी है।

बहुत से पढ़े लिखे लोग आज भी वही धारणा महाभारत के विषय में रखते हैं, जैसी धारणा हमारे <sup>पूर्वजों</sup> पूर्वजों की थी। महाभारत के विषय में जन साधारण की धारणा थी कि इसे घर में नहीं रखना चाहिये। क्यों ? इसलिए कि यह जिस घर में रहेगा, वहां ही लड़ाई-झगड़े पैदा हो जाते हैं। अतः इसे घर पर नहीं लाना चाहिये, नहीं रखना चाहिये।

ऐसी ही कुछ धारणा योगदर्शन के विषय में भी पनपी थी और अब भी है। जन साधारण का वही भाव है कि योग की शिक्षा प्राप्त करने से मनुष्य योगी बन जाता है। योग साध्य भी है यदि बिना योग के ही ज्ञान प्राप्त हो जाये तो क्या जरूरी है, योगाभ्यास तथा शरीर को कष्ट देने की ? लोगों का कहना आज भी वही है कि यह दर्शन केवल योगी एवं ब्रह्मचारी बनाता है, जीवन को गृहस्थ से दूर रखता है।





कितनी विडम्बड़ा एवं आश्चर्यचकित कर देने वाली बात है, कि आज की दुनिया योगाभ्यास के माध्यम से कितने ही लाइलाज रोगों का उपचार कर रही है और कितने ही मानसिक व्यथा से छुटकारा पा चुके हैं । परन्तु आज भी हमारा समाज इसे उसी उदासीनता से देखता है , जितना कोई दुःखी दुःख को देखता है ।

ऐसा कदापि नहीं है कि गृहस्थी योगाभ्यास से लाभ नहीं कर सकता है । क्योंकि आज भी हमारे सामने अनेक उदाहरण हैं कि हमारे सभी कश्यपादि सप्तर्षि योगाभ्यासी थे और गृहस्थी थे और उन्होंने गृहस्थ में रहते ही आत्म दर्शन का लाभ पाया । भगवान् श्री कृष्ण , तो जब तक संसार रहेगा तब तक और प्रलय के पश्चात् भी सर्वत्र उदाहरण रहेंगे । सबसे बड़े श्रेष्ठ योगियों में योगी एवं सबसे बड़ी गृहस्थी वाले थे । उन्हीं का शिष्य अर्जुन ने भी योगाभ्यास की शिक्षा गृहस्थी होकर ही तो प्राप्त की ।

कोई भी सामाजिक प्राणी यदि तपस्वी होकर गृहस्थी को अपनाता है , तो उसका उस समाज को बहुत अधिक लाभ हो सकता है । यहां प्रश्न उत्पन्न होना स्वाभाविक है कि वो कैसे ? तो प्रत्युत्तर के रूप में कहा जा सकता है कि किसी भी समाज की स्थापना का आधार सत्पुरुष ही रहे हैं एवं रहेंगे । यदि सत्पुरुष तपस्वी है और गृहस्थी भी हैं, तो उससे समाज उसके ब्रह्मचारी बनने की अपेक्षा गृहस्थी बनने से ज्यादा ही लाभान्वित हो सकेगा । इसलिए कि जब उसके सन्तान होगी और वंश का विस्तार होगा तो उस एक तपस्वी के स्थान को पूर्ति अनेक करेंगे और साथ में अपने पिता पितामह आदि के अनुभवों के साथ ही साथ कुछ और अधिक अपने अनुभवों से समाज को उन्नात प्रदान करते हुये दिखाई देंगे । इसलिए समाज को इस अनुरिचित एवं



कुण्ठित कर देने वाली विचारधारा को समाज से दूर करना होगा, तभी समाज वृद्धि को प्राप्त हो सकता है। जैसे - महर्षि पाराशर जी की मल्लाह पुत्री सुगन्धा से अष्टि दो चार नहीं होती, तो क्या भगवान् कृष्ण द्वैपायन सर्वशास्त्र प्रवर्तक व्यासदेव जी का प्रादुर्भाव होता ? और आज जो कुछ भारतवर्ष की शास्त्र विषयक भौगोलिक पहचान है, क्या पूरी हो पाती ? यही सब बातें इस समाज को प्रेरणा की स्रोत बनी हुई है, परन्तु फिर भी, यदि समाज अपने मन से ऐसी धर्म विषयक एवं दार्शनिक पौराणिक अवधारणाओं को जब तक जड़ से समाप्त नहीं कर पाता, तब तक ये सब कुण्ठित ही करती रहेंगी। यही सब बातें समाज की अधनति का कारण भी बनती हैं।

उसके बाद अर्वाचीन योग सिद्धियां प्राप्त करने तक ही सीमित रह गया। जैसे - जैसे युग बदलते गये, आयु क्षीण अर्थात् आयु का खाता घटता गया, जैसे - जैसे शास्त्रों के नियमों के पालने में भी ढील आती गयी। मनुष्य को योगमार्ग में चलते - चलते जब -जब अजिमादि सिद्धियां प्राप्त होती गईं, वह जैसे - जैसे लालची होता गया और उनका उपयोग लोगों पर करने लगा। कुछ तो इसका उपयोग परोपकार के लिये करते रहे तो कुछ ने किसी का बुरा करने की ठान ली जिसे जादू टोना भी करना कहते हैं, जिससे इस पर से लोगों का विश्वास कम होता चला गया।

पुनः भौतिकवादी तान्त्रिकों यम-नियमों को ही छोड़कर षडंग योग पर बल देना शुरू कर दिया। सम्भवतः ऐसा इसलिए कि यम नियम से अनुपलब्ध होता है और दुःखद होता है।



## उपाधान

समाज में कुछ अनुयायी मात्र उपाधान चिह्न को ही योग चिह्न मान लेते हैं और उसी में भटकते रहते हैं । जैसे कुछ समझते हैं कि केवल बनवास ले लेने से योग साधना पूर्ण हो जाती है तो कोई दूसरा स्वाध्याय एवं शास्त्रों के चिन्तन मात्र से समाधि की प्राप्ति का उपदेश देते हैं । कुछ गेरुवे वस्त्र धारण करने , दण्ड, कर्मण्डल ग्रहण करने, माला-चन्दन एवं रुण्ड-मुण्ड रहने को ही योग मान लेते हैं । इसी प्रकार से कुछ व्रत , यज्ञ, तपस्या से कृच्छचान्द्रायण व्रतों को ही योग की संज्ञा दे देते हैं ।

इतना ही नहीं कुछेक इससे भी आगे निकलते हुये कहते हैं कि योग साधना का जो मार्ग है, वह पथ्य भोजन, नस्तान्न त्राटक, शौच , मोक्ष मन्त्र कुहको से , सुकृत १ शुभकर्मों १ से ही योग समाधि की प्राप्ति होती है ।

इनसे भी अतिरिक्त कुछेक आध्यात्मिक जगत् में विषय एवं इन्द्रिय - निग्रह को एवं कुछेक आत्मा मन संयोग को योग की संज्ञा दे देते हैं परन्तु क्या यही वास्तविक योग है । अर्थात् यह वास्तविक योग न होकर यह योग के प्रति सामान्य अवधारणा ही लगती है । जैसे कि दक्ष में इन विषयों का खण्डन भी मिलता है और योग का वास्तविक रूप भी प्रस्फुटित होकर सामने आया है जो कि वास्तव में योग है । जैसे दक्षस्मृति कहती है कि -



जिसने अपनी आत्मा को वश में कर लिया हो उसने समस्त संसार को वश में कर लिया है एवं योग की सिद्धि अभियोग नित्य योगाभ्यास, योग में परिपूर्ण निश्चय एवं बारंबार निर्वेद ॥ वैराग्य ॥ सर्वदा आत्मचिन्तन का अनुभव करना तथा शौचपूर्वक रहने से एवं सर्वत्र समत्व का भाव रखने से ही योग की सिद्धि प्राप्ति होती है, न कि मौनार्ति एवं व्रत यज्ञों से सम्पादित होता है ।

१. नाख्यसे बनाद्योगे नानेकग्रन्थाचिन्तनात् ।  
व्रतयज्ञैस्तपोभिर्यच्च न योगः कस्यचिद्भवेत् ॥ ७/३
  - न च पृथग्वाङ्माद्योगो नासाग्रनिरीक्षणात् ।  
न च शास्त्रार्तिरित्येन शौचेन सभवेत् क्वचित् ॥ - ४
  - न मौन मन्त्र कुहकैरनेकैस्तु कृतैस्तथा ।  
लोकयात्रा विद्युक्तस्य योगभवति कस्यचित् ॥ - ५
  - विषयोऽनुद्रमसंयोग के चिद्व्योगं वदन्ति हि ।  
अधर्मो धर्मरूपेण गृहीतन्तर पर्ण्डितैः ॥ - ७/१३
  - मनसश्चात्मनश्चैव संयोगज्जतधापरे ।  
उक्तानुमधिकाह्येते केवलं योगवांचिताः ॥ - १४
  - लोको वशी कृतो येन येन चात्मावशो कृतः ।  
इन्द्रियाधो जितो येन तं योगं प्रवृषीभ्यहम् ॥ - ७/१
  - अभियोगात्तथाभ्यासात् तस्मिन्नेव तु निश्चयात् ।  
पुन पुनश्च निर्वेदादयोगः सिद्ध्यति नान्यथा ॥ - ६
  - आत्म चिन्तन विनोदेन शौच क्रीडनकेन च ।  
सर्वभूतसमत्वेन योगसिद्ध्यति नान्यथा ॥ ७/७
- दक्ष स्मृति





#### 4. विशेष उपयोग § विशिष्ट अवधारणा §

इसी प्रकार से हम देखते हैं कि योग विषयक लोक विश्रुत एवं सामान्य अवधारणा <sup>आ</sup> श्रान्त पर आधारित रही है। जिसमें योग को वैदिक समाज से घरे एवं अवर्चीन मन्द बुद्धियों एवं अल्पज्ञान रखने वालों ने इसे "काला जादू" का नाम दे डाला, परन्तु जो शास्त्र चिन्तक एवं विद्वत् समाज है वह इसे आदर एवं सम्मान की दृष्टि से देखी हुये कहता है कि योग ही एक ऐसा दर्शन या माध्यम है, जिसके माध्यम से मनुष्य "शतजीवि" हो सकता है। मन को एकाग्र करने वाला सम्पूर्ण ज्ञान यदि किसी दर्शन से प्राप्त होता है, तो वह सम्यक्तया योग द्वारा ही हो सकता है। जैसा कि गीता में भी कहा गया है कि मनुष्य को कर्म एवं ज्ञान योग को अपनाना चाहिये। जिसके कारण गीता ने कर्मयोगी को सर्वोपरि माना भी है। तथा कहा भी है कि "यदि कोई कर्म को क्लेश(दुःख)रूप समझ कर त्याग देता है या शारीरिक कष्टों से या उस कर्म को कठिन समझ कर त्याग देता है, तो भी उसे उस त्याग का कदापि फल नहीं मिलता अर्थात् उसे कर्मबन्धनों से छुटकारा नहीं मिलता है।"<sup>2</sup>

1. तच्चक्षुर्देवाहितं पुरस्तात् शुक्रमुच्चरत पश्येमशरदः शतम् जीवम शरदः शतम्  
श्रुणुयाम शरदशतम् प्रवरकमशरदः शतम् मदीनाः स्याम शरदः शतम् मदीनाः  
स्याम शरदः शतम् भूयश्चशरदः शतात् ॥ - शु० यजुर्वेद, रुद्राष्टाध्यायी  
अ० ३६ अ० २५

कुर्वन्नेह कर्मणि जित्वा कोच्छत समाः ।  
एवं त्वयि नान्यथेति स्ति न कर्मलिप्यते नरः ॥ - गीता २०.३०

2. दुःखमित्येव यत्कर्म काय क्लेशभावात् त्यजेत् ।  
स कृत्वा राजसं त्यागं नैव त्याग फलम् लभेत् । - गीता अ० १८ अ० ४२



आयतु कर्म को निष्काम भाव से करने में ही तप सम्पन्न होना चाहिये । जिससे समाज प्रगति पथ पर अग्रसर हो सके । ऐसे विशिष्ट विलक्षण तत्वों का ज्ञान यदि कहीं किसी दर्शन से प्राप्त होता है, तो वो वास्तव में योग ही है ।

अन्तीं सत्कारणों से आज हम देख सकते हैं कि योग की सर्वत्र प्रशंसा हो रही है एवं श्रुति - श्रुति: अपने लक्ष्य की ओर अग्रसर है । सर्वोत्तम एवं सर्वश्रेष्ठ विशेषता समानता की है जिसमें जाति वर्ण के बन्धनों को पीछे रखे हुये योग समानता से जीवन व्यतीत करने का अधिकार एवं बल प्रदान करता है । जैसे - "विद्या विनयता से सम्पन्न होने पर यागी ब्राह्मणों गौओं कुत्ते हाथियों एवं चाण्डालों को समान दृष्टि से देखते हुये विचरण करता है । अर्थात् समान दृष्टि रखते हुये विचरण करता हुआ परम आनन्द को प्राप्त होता है ।"

जिसे दूसरे शब्दों में कहा जा सकता है कि योग समाज को जोड़ता है । "राग द्वेष" से रहित समाज की स्थापना करने वाला एक श्रेष्ठ माध्यम है । जिसके कारण आज इसकी विशेषता का अनुमान स्वयं ही लगाया जा सकता है ।

#### 5. आधुनिक युग में योग की आवश्यकता

आधुनिक युग में योग की भीड़तनी ही अधिक महत्ता सिद्ध होती है जितनी कि विज्ञान की । जैसे - जैसे विज्ञान प्रगति पथ पर अग्रसर होते हुये विकसित हुआ एवं हो रहा है, व्यक्ति भी उतना ही भौतिकवादी बन गया है तथा व्यक्ति अधिक से अधिक भौतिक सुख साधनों के प्रति आकृष्ट होता

1. विद्या विनय सम्पन्ने ब्राह्मणे गवि हस्तिनि ।  
शूनि चैव श्वपाके च पाण्डितः सम दर्शनः ।" जी० अ० ५ श्लो० १८

२ - रागद्वेष विषुक्तैस्तु विषयानिन्द्रियैश्चरन् ।  
आत्मवश्यैर्विधेयात्मा प्रसादमधिगच्छति ॥ - गीता 2/64



होता जा रहा है। जिसके परिणाम स्वरूप मनुष्य की मानसिक एवं शारीरिक क्षमता घट रही है । यही कारण है कि उसको विविध आधि-व्याधियों ने घेर लिया है तथा जीवन-अशान्त एवं भयावह हो गया है । जिनसे मुक्ति दिलाने में योग एक प्रासंगिक एवं युक्त युक्त है ।

एक समय ऐसा भी आया कि प्राचीन युग में शारीरिक स्वास्थ्यता के क्षेत्र में आयुर्वेद पद्धति का एकाधिकार था। जिसका स्थान बदलते हुये परिरक्षक में एलोपैथिक पद्धति ने ग्रहण कर लिया और आयुर्वेद पद्धति सीमित होकर रह गई । परन्तु सत् तो सत् ही होता है, जिसका निराकरण कर पाना कठिन ही नहीं <sup>असंभव</sup> सदा सर्वदा असम्भव भी होता है। ऐसे ही आज पुनः समय की पुकार ने आयुर्वेद की महत्ता को अनुभव किया है और विश्व भर में इसकी प्रक्रिया को अपनाने पर बल दिया जा रहा है । ऐसे ही योग के साथ भी हुआ । लोग इसकी महत्ता को भूल गये और अन्धा धुन्ध विज्ञान का अनुकरण करने लगे । परन्तु आज विश्वभर में योग की आवश्यकता अनुभव की जा रही है । चाहे वो शारीरिक क्षेत्र में हो , सामाजिक हो या पर्यावरण की ही क्यों न हो ? सर्वत्र समभाव में बनाये रखने में योग मुख्य भूमिका निभा सकता है , ऐसा माना जा रहा है ।

यद्यपि आध्यात्मिक क्षेत्र में उन्नति के लिए एवं रहस्यों को जानने के लिए इसकी परमावश्यकता तो है ही , परन्तु इन्हीं के साथ भ्रष्ट सामाजिक रूप को सुधारने में भी इसकी उतनी ही उपदेयता है, जितनी कि देह की स्थिरता में प्राणों की आवश्यकता रहती है । जिस प्रकार देह के लिए प्राण परमावश्यक है, ठीक उसी प्रकार एक स्वच्छ शरीर, स्वच्छ समाज एवं स्वच्छ पर्यावरण को बनाये रखने के लिए योगाभ्यास भी परमावश्यक है ।



सभी दार्शनिक इस विषय में एक मत है कि जन्म-दुःखों का कारण है । जो भी प्राणी जन्म लेता है वह किसी न किसी क्लेश से ग्रस्त होता है । जिन्हें सांख्य ने सम्यक् रूपेण त्रिविध - आध्यात्मिक , आधिभौतिक एवं आधिदैविक माना है और इनसे नष्टि के लिए ज्ञान योग एवं योग ज्ञान का होना परमावश्यक है । अहिंसा सत्यास्तेय ब्रह्मचर्यपरिग्रह । शौच सन्तोष तपः स्वाध्याय समाधि ॥

यदि सूक्ष्म दृष्टि से देखा जाय तो अष्टांग योग के अंगभूत यम नियम एक स्वच्छ समाज की स्थापना एवं हिंसादि प्रवृत्तियों से मुक्ति दिलाने वाले सम्यक् साधन हैं । जिनका समाज को आवश्यकता के अनुसार पालन करते हुये लाभ प्राप्त करना चाहिये तभी समाज प्रगतिशील बन सकता है । अतः इन सप्त तथ्यों की जानकारी से अनुभव होता है कि आधुनिक युग में योग की आवश्यकता ही नहीं <sup>अत्यन्त</sup> परमावश्यकता है ।

#### 6. योग का महत्व

योग ज्ञान के बिना मन को नियन्त्रित कर पाना बड़ा कठिन ही नहीं, असम्भव सा है । जिसके कारण स्वरूप समाज में प्राणि मात्र ही नहीं बल्कि पूर्ण समाज अनियन्त्रित सा होने लगता है । जिससे राजा और प्रजा दोनों एक दूसरे से पृथक् हो जाते हैं और समाज में भ्रष्टाचार की उत्पत्ति होने लगती है, जो समाज मन को वश में नहीं रख सकता है, शनिः - शनिः उस समाज के पतन का कारण भी बनती है, जैसे कठोपनिषद् में स्पष्ट किया गया है -





" जो सदा विवेकहीन बुद्धि वाला और अवशीभूत मन से रहता है उसकी इन्द्रिया असावधान साराथ के <sup>दु</sup>दृष्ट छोड़ों की भांति वश में न रहने वाली हो जाती है" ।

विशेष व्याख्या - इसी मन्त्र की विस्तृत व्याख्या हरिकृष्णदास गोयन्दका की भा मिलती है जो स्पष्ट कहते हैं कि अविवेकी स्वामी के अर्थात् बुद्धि के होने से लगाम नियन्त्रण में नहीं रहती है जिसके सहारे मुड़ने वाली अर्थात् जिसके इशारों पर नाचने वाली इन्द्रियां अनियन्त्रित हो जाती हैं और समय पर नियन्त्रण न कर पाने से रथ को गड़डे में डाल देती हैं। अतः बुद्धि को चाहिये कि वह मन को पकड़े रहे अर्थात् बुद्धि रूपी राजा को चाहिये कि वो अपने मन रूपी मन्त्री पर दृष्ट रहे एवं मन्त्री को चाहिये कि वो अपनी ही इन्द्रियों रूपी प्रजाजनों को नियन्त्रण में रहे जिससे रथ को गड़डे में गिरने से बचाया जा सके अर्थात् समाज को बचाया जा सके और परम गति को प्राप्त किया जा सके ।

इतना ही नहीं अपितु समाज को स्वस्थ रखने एवं भ्रष्टाचार से छुटकारा दिलाने के लिए भी योग में बताये गये नियमों का पालन यदि हो जाये, तो यह सच ही समाज के लिए वरदान साबित हो सकते हैं, जिससे भ्रष्टांग योग का महत्व और भी बढ़ जाता है ।

1. यस्तुर्विविज्ञानवान भवत्ययुक्तेन मनसा सदा ।

तस्येन्द्रियाणि अवश्यानि दुष्टाश्चा इव सारथेः ॥ - कठोपनिषद् - 1/3



योग के महत्व को प्रकाशित करने एवं उसे लिखने की शक्ति हो सकता है कि किसी की लेखनी में हो जो लिख सके, परन्तु वास्तविकता यह है कि ऐसी लेखना का उत्पन्न होना बड़ा असम्भव है। क्योंकि इसे लिखने एवं लिख कर समझने के लिए आखिर तब तक जितना हृदय चाहिये जो केवल एक योगी के हृदयस्थान तक ही सीमित है जैसे काश्मीर शैव दर्शन के पुनरुद्धारक <sup>श्रीगुरुजी</sup> जी ने <sup>प्र० अ० ३३५</sup> में दाशति हुये कहा है कि 'यह शरीर ही वास्तव में "सम्पूर्ण विश्व है" और सम्पूर्ण विश्व का अभ्युदय इसी से होता है, और इसी सूत्र के समर्थन में एक श्लोक महाभारत से भी मिलता है जिसमें स्पष्ट कहा गया है कि " यह अपना है अमुक पराया है ऐसी कल्पना या सोच सीमित ज्ञान रखने वालों की होती है जो वास्तव में उदार चरित हैं । वे सम्पूर्ण विश्व को अपना और स्वयं को सम्पूर्ण विश्व का मानते हैं " <sup>2</sup>

इसी के समर्थ में गीता <sup>3</sup> एवं ईशावस्योपनिषद् <sup>4</sup> भी करता है । योग युक्त चित्त वाले सब प्राणियों में स्वयं को एवं सब को अपने में देखते हुये सर्वत्र सुख दुःखों में समान भाव से व्यवहार करते हैं जिससे योग सम्पूर्ण विश्व को एक ही सूत्र में प्राणियों की भांति परोक्ष है जिससे आज के इस निर्धन एवं धनी इस स्वार्थ निहित विश्व में इसके प्रसार को महत्वपूर्ण दृष्टि से देखा जा रहा है ।

~~यथा प्रभावे लिख्य इत्येवं परिजानन्तः विश्वलाभो विप्लव्यान् प्रसरेदपि प्रेक्षता प्र० अ० ३३५~~

1.

2. अयं निजः परोक्षेति गणना लघुचित्तसाम् ।  
उदारचरितानां वसुधैव कुटुम्बकम् ॥ - महाभारत
3. सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतार्तिं चात्मानम् ।  
ईशते योग युक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ - गीता - 6/29
4. यस्तु सर्वाणि भूतानि आत्मन्येवानुपश्यति ।  
सर्वभूतेषु चात्मानं ततो न विजुगुप्सते ॥ - ई० उपनिषद् - 6



## क४ योग एवं शरीर

जैसे इन्धन एवं अग्नि का , जैसे सूर्य एवं किरणों का , जैसे चन्द्रमा का चान्दनी से सम्बन्ध है वैसे ही योग एवं शरीर का सम्बन्ध है । प्रथम शरीर ही नहीं होगा तो योग कैसे होगा ? अतः योगासनों को करने के लिए ही शरीर का निर्माण हुआ । जातकोत्पत्ति से पूर्व एवं तदनन्तर जब शरीर की उत्पत्ति होती है, उसी के साथ - साथ इसे कैसे स्वस्थ रखा जाये इस पर विचार करने लगता है और उन विचारों में से सर्वश्रेष्ठ यदि कोई शरीर को स्वास्थ्य प्रदान करने का साधन है तो वह योग ही है। जिसमें अनेक प्रकार के दुःसाध्य एवं सुसाध्यासनों को दर्शाया गया है -

स्वस्तिकासन, शीर्षासन, वीरासन, पद्मासन , दण्डासन , सोपाश्रयम्, पर्यङ्कम्, कौज्यनिर्जदनम् , हस्तिनिर्जदनम् उष्ट्रनिर्जदनम् समस्थानम् तथा स्थिर सूर्य एवं यथासुख आसनों के माध्यम से शरीर को स्वस्थ रखने एवं युक्तहार विहार जैसे उपदेशों द्वारा शरीर को पुष्टि प्रदान करता है ।

## ख४ योग एवं मन

वास्तव में योग की उत्पत्ति युग्म समाधि के अर्ध हुई और समाधि का तात्पर्य सम्यक्तया स्वदेहे आधिः तिष्ठति यः तस्य सम्यक् अध्ययन इति समाधिः । जो प्राणि के अन्दर निवास करता है उसके पास बैठना एवं बैठकर पता लगाना कि यह वास्तव में क्या है जिसका न तो कोई आकार है न कोई स्थान है न कोई पता ही चलता है कि यह कब विश्राम करता एवं चलता है सोता या जागता है कैसी - कैसी शुद्धाशुद्ध कल्पनायें करता है और कैसे यह



दूसरों के हृदयों के सुख दुःखों का ही ज्ञान करता है, बिना भोगे ही भोगों का कैसे आनन्द लेता है । या <sup>निराला</sup> क्या है। यह शरीर है या शरीर में रहने वाला कोई विशेष तत्त्व आत्मा या आत्मा से भिन्न है । यह सब बातें उसी ओर आगे बढ़ती हैं जिसे भागवत में अमना भी कहा है एवं समना भी । अमना तब होता है जब हम बात किसी से करते हैं और चित्त कहीं ओर होता है, माला गले में होती है, दूँदते हम इधर उधर हैं तथा समना तब होता है <sup>(चित्त)</sup> जब आत्मा एवं मन एक ही स्थान पर स्थिर होने लगे हों बातचीत में सुस्पष्ट रुचि दिखते हैं और बात को समझने का सुप्रयास करते हैं। यह सब मन ही करता है । मन शरीर के अन्दर रहने वाला सर्वाधिक बलवान एवं योगवाही है। यह अत्यन्त वेगशाली देव भी है एवं शैतान भी है । जिसे स्थिर करने के लिए ही योग की आवश्यकता समझी गई और 'यजुर्वेद ने छः मन्त्रों को ही इस पर लिख दिया' ।

योग को ही वास्तव में मनोज्ञान भी कहा गया है, ऐसा इसलिए भी कहा गया है कि योग झड़कते हुये मन को नियन्त्रित करने की क्षमता रखता है । क्योंकि योग में ऐसी अनेक क्रियाएँ हैं, अनेक ऐसे मार्ग हैं, जिनके माध्यम से वास्तव में मन पर विजय पायी जा सकती है । यम नहीं तो नियम से एवं यदि हम किसी प्रकार से यम-नियमों का सम्यक्तया प्रतिपालन नहीं भी कर पाते हैं तो उनके बाद आने वाली क्रमशः बहुत सुदृढ़ एवं बलशाली क्रियाएँ हैं जिनसे झड़कता





हुआ मन भी अंततः वश में ही हो जाता है। जैसे प्राणायाम-प्रत्याहार आदि। परन्तु इस वांछित्व को बनाये रखने के लिए सम्पूर्ण जीवन, जब तक देह रहे तब तक अनवरत सुप्रयास करने का निर्देश किया गया है जिसके कारण स्वरूप भी योग की महत्त्वता प्रकटित होगी है। जीवन के रहते हुये मन कभी भी अनियन्त्रित हो सकता है, जिससे की गई समस्या कुछ ही क्षणों में समाप्त हो सकती है। जैसे एक भवन को बनाने के लिए बालू, ईंटें, सीमेंट, जल, लकड़ी, लोहा, राज, मिस्त्री, मजदूर सब हो तो एक भवन का निर्माण होता है और तोड़ने के लिए एक मात्र बम चाहिये।

ऐसे ही मन को वश में करने के लिए अष्टाङ्ग योगदर्शनम् की महर्षि पांजली जी ने स्थापना की थी। ताकि मन पर विजय पायी जा सके <sup>जिसके</sup> परम लक्ष्य को प्राप्त किया जा सके। वो लक्ष्य चाहे विवेक मुक्ति का है, सामाजिक है या औद्योगिक क्षेत्र विषयक है, सभी लक्ष्य एक जैसे महत्व रखी हैं सभी का समाज की स्थिति के साथ किसी न किसी प्रकार से सम्बन्ध है और उन सब लक्ष्यों की पूर्ति यदि किसी प्रकार से हो सकती है, तो वह मन को विजयी कर दृढ़ प्रतिज्ञा करके ही प्राप्त की जा सकती है और मन पर विजय योग के द्वारा ही पायी जा सकती है। अतः योग एवं मन का अनन्य सम्बन्ध का पता चलना सहज ही ज्ञात हो जाता है।

### योग और समाज

प्रश्न उत्पन्न होना स्वाभाविक ही है कि योग तो शरीर को स्वस्थ बनाये रखने या मुक्ति विषयक होता है फिर इसका समाज के साथ कैसा सम्बन्ध ? उत्तर यह सत्य है कि योग से शरीर स्वास्थ्य लाभ अर्जित करता हुआ शैतजीवि



होता है और मन को स्थिर रखी हुये परमगति को §सुक्ति को § प्राप्त किया जा सकता है परन्तु एक सुस्थ सम्राज की स्थापना में भी योग का अपना महत्वपूर्ण स्थान रहा है और यह क्रिया कलाय तब के हैं जब वास्तव में विश्व अभी सोया हुआ था और भारत वर्तमान में इस पर विचार हो चुका था जिसका स्पष्ट प्रमाण वेद हैं । जिनसे प्रजा को अहिंसा सत्य अस्तेय ब्रह्मचर्य अपरिग्रह एवं शौच सन्तोषादि यम नियमों के पालन करने का स्पष्ट आदेश दिया गया था और आज भी जिस समाज में जिन देशों में ऐसे नियमों का पालन हो रहा है व प्रगति पथ पर हैं जैसे ब्रितानिया, अमेरिका एवं कॅनेडा जैसे देश इसका सुस्पष्ट उदाहरण के रूप में देखे जा सकते हैं । अतः यह स्पष्ट ही नहीं बल्कि विश्वसनीय भी है कि जब तक जो - जो समाज अहिंसा सत्यादि यम - नियमों का प्रतीपालन मन वाणी कर्म से नहीं करता है तब तक उस - उस समाज से भ्रष्टाचार से धन की समाप्ति नहीं हो सकती है और नहीं असहाय को आश्रय ही उपलब्ध हो सकता है । हमें योग से स्पष्ट आदेश प्राप्त होते हैं कि यदि आप अपने समाज को अर्थात् विश्व में शान्ति की इच्छा रखते हो तो मन वाणी कर्म से योग में निर्देश किये गये धर्मों का पालन करें । जब विश्व के सभी प्राणी इन अहिंसादि धर्मों का पालन करने लगे तो न ही कोई पराया लगेगा और नहीं भ्रष्टाचार ही उत्पन्न हो पायेगा । जिससे सर्वत्र प्रेम एवं सौहार्द का वातावरण बनेगा और धनी एवं गनीमती की जो खाईयां हैं वह भी दूर होंगी और आम व्यक्ति परस्पर एक दूसरे की वेदना को जानते हुये वेदना को दूर कर सकेगा । जिससे पृथ्वी पुनः स्वर्ग धाम बन सकती है ।

योग समाज को जोड़ता है तोड़ता नहीं । क्योंकि योग का अर्थ ही जोड़ना है दो सन्धियों के मेल को योग कहते हैं ।



ऐसा आज माना जा रहा है कि धन से बड़ा कोई अन्य वस्तु नहीं जिसके पास धन है वही सुखी है परन्तु ऐसा नहीं है धन से भी बड़ा सहयोग है, भाईचारा है, मित्रता है। धन मनुष्य का साथ तभी तक दे सकता है जब तक मनुष्य शरारतक तौर पर मुक्त है परन्तु उसकी मुष्टता भी समाज पर निर्भर करता है उसका बचपन भी पराया था और बुढ़ावा भी पराया रहेगा। इन दोनों समीकरणों को यदि मनुष्य सम्भूत रखकर चले तो समाज में पनपती एवं बलवती धन की धारणा स्वयं कमजोर पड़ सकती है। ऐसा नहीं की धन की जरूरत नहीं है अपनी-अपनी जगह स्थान पर सदा महत्व रखते हैं परन्तु हम देखते हैं कि एक मनुष्य के पास धन तो है पर सहयोग नहीं और एक समय ऐसा आता है कि दुर्भाग्यवश प्राणी दुर्घटनाग्रस्त हो जाता है और तब वह अकेला पड़ा रह जाता और उसको उठाने में भी कोई रुचि नहीं रखता है। तब भला आप स्वयं अनुभव कर सकते हैं कि धन बड़ा है या सहयोग अर्थात् मित्रता। मित्रता एक से नहीं आमतु पूरे समाज से बनाये रखनी चाहिये ताकि कभी भी किसी भी समय किसी प्राणी की आवश्यकता पड़ सकती है इसलिए कहा है कि प्रेम से आप किसी को ज्ञात सकते हैं धन से नहीं।

"देजान धन से श्रेष्ठ जानदार" धन और "सब से बड़ी सेवा है मानव सेवा"। मानव सेवा सर्वोपरि है। "सुश्रूषा परमोर्ध्वः"



## योग एवं शान्ति

योगदर्शन एक ऐसा दर्शन रहा है जो सभी दार्शनिकों को किसी न किसी रूप में स्वोकार्य तथा मान्य रहा है चाहे वो नास्तिक मतावलम्बि हो या आस्तिकमतावलम्बि हो । जिसके कारण स्वरूप इसका किसी भी दार्शनिक के साथ कोई भी मतभेद नहीं रहा है । यहां मतभेद नहीं होते वहां अशान्ति के उत्पन्न होने का प्रश्न ही उत्पन्न नहीं होता जिसके कारण स्वरूप योग शान्ति का उपदेश देते हुये एक शान्त चित्त समाज की स्थापना करता है । यद्यपि योगदर्शन ने नास्तिकों की अपेक्षा ईश्वर को माना है परन्तु उन पर कहीं भी आदेश नहीं तक्या गया है । इसकी अपनी ही विचारधारा रही है प्रसन्नाचत्त रहना किसी को बुरा न कहना , बुरा न करना, अहिंसात्म्य समाज की स्थापना करना, सत्य का पालन करना, चोरी न करना, ब्रह्मचर्य का पालन करना, जो भी बिना मांगे मिले उसी को ग्रहण करना एवं सन्तोष करना , प्रत्येक प्रकार से स्वच्छ रहना सन्तोष रहना , शरीर को सुन्दर बनाने के लिए तबस्थान करना ॥ व्रतों का पालन करना ॥ अपने लक्ष्य की प्राप्ति हेतु स्वाध्याय करना तथा सम्यक समर्पण लगाना और ईश्वर का भजन पूजन सत्कर्म करने जैसे विषयों को प्रकाशित करता है । जिस समाज में उपरोक्तलिखित नियमों का पालन होता है भला वहां अशान्ति कैसे पैदा हो सकती है १ यदि इनमें विशेष कर "धर्म " के अन्तर्गत आने वाले नियमों में किसी एक के भी पालन में कमी रहे तभी शान्ति भंग होगी एवं अशान्ति उत्पन्न हो सकती है अतः योग का विषय शान्ति प्रदान विषय रहा है ।





## योग एवं पर्यावरण

योग का पर्यावरण के साथ घनिष्ठ सम्बन्ध है । योग अहिंसा का प्रसार करने वाले कहते हैं कि समाज सर्वत्र अहिंसामय वातावरण रहना चाहिये और सभी प्राणी एक समान हैं और अहिंसा सब पर एक जैसी लागू होती है । जिस समाज के अन्दर अहिंसा की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है वहाँ कोई किसी का घेरा नहीं होता सर्वत्र निर्वेद होते हैं । जिसका समर्थन दुर्गासप्तशति भी करती हुई उपदेश करती हुई कहती है - यहाँ तक ज्ञान का प्रश्न है वह सब में बराबर चाहे वो "जानवर है या मनुष्य " यदि अन्तर है तो वो केवल इतना है कि मनुष्य ज्ञान बोध रखता है सद असद का ज्ञान रखता है जिससे वो अपने पूर्व जन्म के कर्मों को दण्ड कर विमुक्त हो सकता है ।

हिंसा तो हिंसा ही होती है चाहे वो चींटी को मारने की हो या हाथी को मारने या वृक्षों को काटने का हो उसे हिंसा ही माना गया है । मनुष्य को शास्त्र उपदेश करते हुए कहते हैं कि जो काष्ठ सूखा हुआ गिरा हो या वृक्षों के साथ जुड़ा हो उसे ही ग्रहण करें या जिन वृक्षों की आयु समाप्त हो रही हो उन्हें ग्रहण करने में कोई दोष नहीं होता परन्तु उनकी स्थानपूर्ति के लिए भी साथ ही निर्देश भी है और उन्हीं निर्देशों की आज्ञा का पालन करवाने के लिए ही वे विभागों को समाज में स्थापना भी की गई थी ताकि सभी

---

1. अहिंसा प्रतिलिखित नितत्सन्निधौ चैरत्यागः ।-वातजलयोगदर्शनम्,  
साधनापद - 35

2. ज्ञान मस्ति समस्तस्य जन्तोर्विषयगोचरे ॥  
विषयश्चमहाभागयति चैवं पृथक् पृथक् ॥ - दुर्गा सप्तशति २०१२ अ० ४७-४८



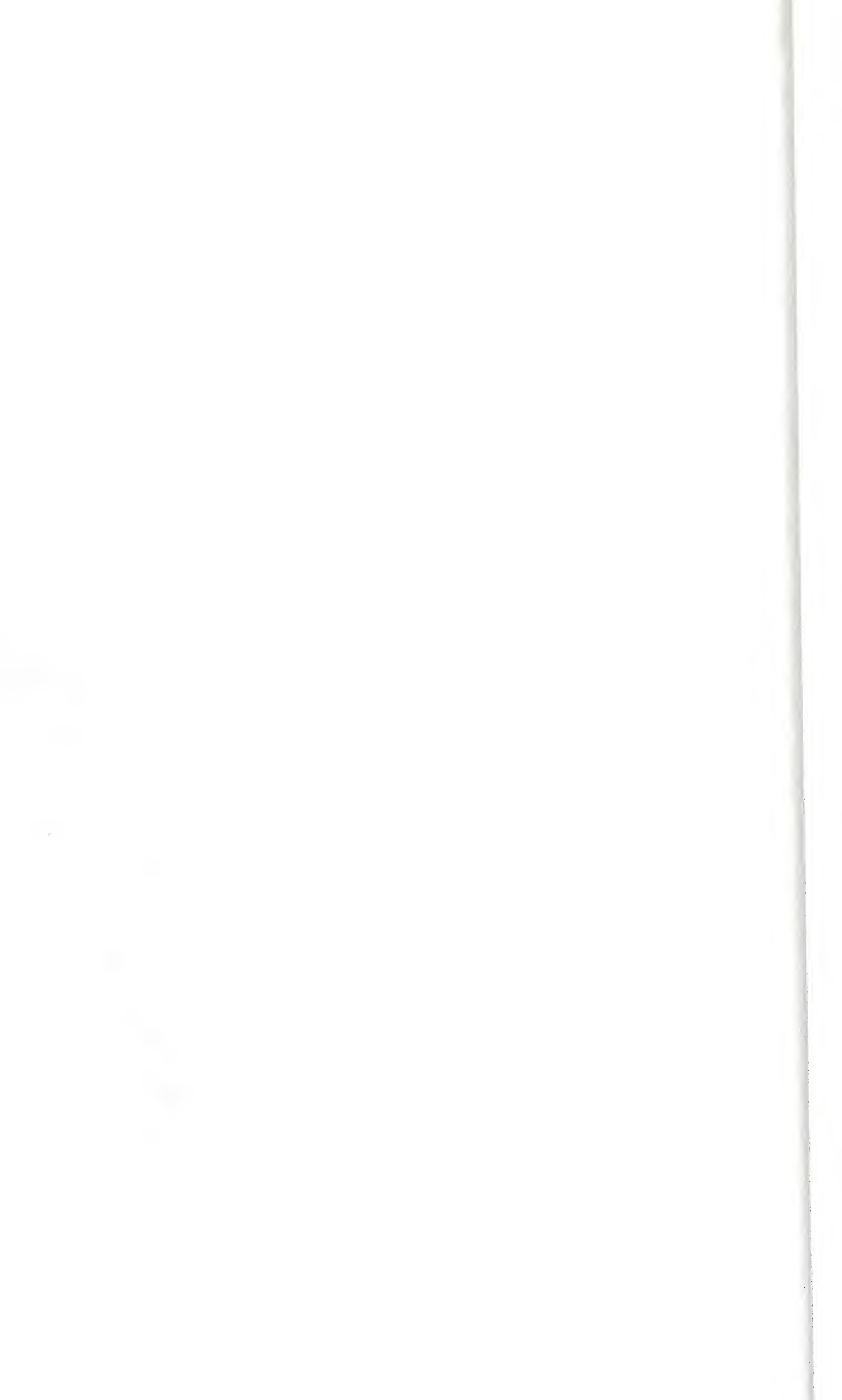
अपने-अपने कर्तव्यों का पालन कर सकें। ताकि एक अहिंसात्मक समाज की कल्पना की जा सके और सभी अपनी-अपनी जिन्दगी आनन्द से व्यतीत कर सकें चाहे मनुष्य हों या अन्य प्राणी। जीने का अधिकार सब समान दिया है।

भगवान वेद स्वयं कहते हैं कि "सब को उत्पत्ति का स्थल में डी हूँ" - जब इस बात को जनता गहराई से समझे उसे तो मनुष्य मनुष्यों का परस्पर भेद समाप्त होना ही है जबकि इस मन्त्र में जानवरों से भी वैर समाप्त हो सकता है।

### शारीरिक एवं मानसिक पर्यावरण

शरीर सत्त्वं संज्ञाय। मन को सत्त्व भी कहा है। योग के माध्यम से शारीरिक पर्यावरण को संतुलित रखा जा सकता है। शारीरिक पर्यावरण भी दो प्रकार का माना गया है प्रथम शारीरिक द्वितीय मानसिक शारीरिक पर्यावरण को व्यायाम से तथा मानसिक पर्यावरण को बनाये रखने के लिए शास्त्र चिन्तन गुरु आज्ञा एवं सत्यधर्मों के पालन की आवश्यकता पर बल दिया गया है। मानसिक सन्तुलन एवं शारीरिक सन्तुलन को बनाये रखने के लिए मनुष्य का सर्वश्रेष्ठ मित्र बुद्धि ही रहता है जिसको अपना कर मनुष्य अपने पर्यावरण का ज्ञान प्राप्त कर सकता है कि कौन सा द्रव्य मेरे लिए उपयुक्त है और कौन सा अनुपयुक्त है। इस बात के ज्ञान के लिए मन बुद्धि का एक होना परमावश्यक होता है जिसे योग एक कर देता है। मन क्षण भर में वस्तु के सभी परलुओं पर

- 
1. उं तस्मादश्वाऽजायन्तयेके चोऽभ्यादतः सा गावोहर्षागरे  
तस्मात्तस्माज्जाताऽजावयः ॥ - रुद्राष्टाध्यायी, पुरुषसूक्त अं. ८



प्रकाश डालता है और बुद्ध उसे अपने नियन्त्रण में रखकर उससे एक एक काम करवाती है । यही विशेषता है योग की वो भड़कते हुये मन को कुछ कम नियमों से तो थोड़ा कुछ छँड्डू. ययोग से नियन्त्रण वा लेता हैं । जिससे शारीरिक एवं मानसिक पर्यावरण संतुलित रहता हुआ भी दिखाने देता है ।

### सामाजिक पर्यावरण

आज सामाजिक पर्यावरण सर्वाधिक क्षीणतस्त है एक तरफ धनाइय वर्ग एवं देश आनन्द ले रहे हैं तो एक तरफ गरीबी देखो बिल्कुल नीचे, नीचे तो क्या भूखमरा से समाज मर रहा है । कितनी थडम्बडना की बात है कि हम अपने ही तमन्नों अर्थात् प्राणियों से द्रोह करते हैं रंगभेद की नीति को ध्यावत रहे हुये हैं । जब तक ऐसा भावनायें प्रबुद्ध एवं सन्पन्न वर्ग से नहीं निकलती तब तक सामाजिक पर्यावरण स्वस्थ हो पाये करना कठिन होगा । योग सामाजिक शिक्षा को देते हुये कहता है कि कोई पराधा नहीं है सभी अपने हैं तो ऐसी शिक्षा पर ध्यान देना होगा और शारीरिक व्याधियों के नाशार्थ योग का प्रयोग हमें इन निधनता से एवं भूखमरा से मरने वालों पर भी करना होगा तभी समाज उन्नात कर सकता है । इससे मन भी कुसुमित रहता है । धनी को चाहिये की वो अपने कार्य क्षेत्र को नियन्त्रित करने योग्य धन से कुछ अधिक रखकर जनता में समान भाग से आंबंटित करे क्योंकि उसका धन आखिर जनता का है जनता के ही रून पसीने से उसने एकत्र किया होता है ऐसा तो है नहीं कि वो उसके अकेले के सहयोग से उत्पन्न हुआ हो । उसकी खोज जरूर है लेकिन सहयोग जनता का ही होता है अतः ऐसी स्थिति में उसे जनता के प्रति भी उत्तरदायी होना चाहिये ।



## प्राकृतिक पर्यावरण

प्राकृतिक पर्यावरण की समाज को अत्यधिक आवश्यकता है। जैसे पृथ्वी को न काटना, वन्य प्राणियों को न मारना, जिससे वन्य प्राणियों में कमी न आ सके तथा शेर चीते गीतों में प्रवेश न कर सकें। जिससे विश्व में बहुत बार समाचार पत्रों में बढ़ने को मिलता है कि हिमाचल में नरभक्षी तेन्दुओं ने मनुष्यों का जान ले ला। ऐसा इसलिए हुआ कि मनुष्य ने अन्धाधुन्ध वन्य प्राणियों का शिकार किया और शेर चीतों के लिए जानवरों की कमी आयी और उन्हें परवश होना पड़ा जिससे उन्होंने नरों को शिकार बनाना शुरू किया क्योंकि ईश्वर ने सबके लिए एक - एक वस्तु का आबंटन किया जैसे वन्य प्राणियों का सन्तुलन बनाये रखने के लिए उनकी जनसंख्या को नियन्त्रित करने के लिए शेर एवं चीतों का उत्पादित की। पृथ्वी पर मेंढक आदि को नियन्त्रित करने के लिए सर्पों की उत्पादित की, सर्पों को नियन्त्रित करने के लिए चील श्येन एवं नकुल विशेष की उत्पादित की और जड़ी बूटियों फल - फूलों एवं अनाज जैसे कुछ रसों को उत्पन्न किया मनुष्य के लिए। परन्तु फिर भी अज्ञानी मनुष्य एक ही रट लगाये हुये है कि यदि हम इन्हें नहीं मारेंगे तो यह हमें ही मार देंगे। यह जंगली प्राणी मनुष्य को कैसे मार सकते हैं यदि इनके पास पर्याप्त जंगली धन रहेगा। शेर चीतों को मनुष्यों की अपेक्षा जंगली जानवर ही अधिक पसन्द है, <sup>इससे</sup> ~~इससे~~ इनकी वृद्धि भी सम्भव रहेगा। प्राकृतिक सम्पदा को स्वच्छ एवं शुद्ध बनाये रखना ही योग का लक्ष्य रहा तभी उसने अहिंसादि धर्म एवं शौचादि नियमों के पालन के <sup>लिए</sup> ~~लिए~~ <sup>उपेक्षा</sup> ~~उपेक्षा~~ <sup>कियी</sup> ~~कियी~~ <sup>गयी</sup> ~~गयी~~ है।





## सामुदायिक पर्यावरण

उं संगच्छध्वं संवदध्वं सं वो मनांसि जानताम्  
देवा भागं यथा पूर्वं संजाना सुवासाते ॥ - ऋग्वेद

समुदाय के विभिन्न वर्गों को एक दूसरे<sup>की</sup> बात का समर्थन करना चाहिये और आम राय से सबको समान अवसर प्रदान करते हुए एक विशेष आम राय बनाना चाहिये। जिससे सामुदायिक तनाव से बचा जा सके।

## योग और विज्ञान

योग तो स्वयं विज्ञान ही तो है, जो मनुष्य के जन्म के कारणों का पता लगाता है और <sup>वक्ष्य</sup> का पता लगाकर उससे पुनरावागमन के कुचक्करो से छुकारा बदलाता है। जैसे पातञ्जलयोगदर्शनम् शास्त्र में ही स्पष्ट किया गया है कि जो प्राणी<sup>की</sup> "अपारिग्रह" की भावना को अपनाते हुये योग करता है, उसे अपने जन्म का कारण एवं पूर्व जन्म ज्ञान हो जाता है जिसे जानकर वह यहीं इसी शरीर के रहते हुये योग प्रक्रिया से अर्थात् ज्ञान योग के आश्रय से भौव चक्कर से सदा - सदा के लिए मुक्त हो सकता है।

इसके अतिरिक्त <sup>योग</sup> वैज्ञानिक क्षेत्र में भी महत्वपूर्ण स्थान रखा है। मन के झूठ-उधर भटकने या लापरवाही से वैज्ञानिक क्षेत्र को बहुत भारी क्षति उठानी पड़ती है, बड़े-बड़े शल्य चिकित्सकों से शल्य चिकित्सा के समय मनुष्य के अन्दर घस्त्र का कुछ भाग या शस्त्र रखा जाते हैं। जिसके कारण डाक्टर को लज्जा का सामना तो करना ही पड़ता है साथ प्राणी की जान को भी ख़तरा रहता है। मन की लापरवाही का ही कारण था भोपाल में गैस



जातदा एवं इस में धेनोपार्जन से गैस तिरसाव होना एवं मन की लापरवाही के कारण हा विपुल धन सम्पत्ति से तैयार किये गये रॉट अपने लक्ष्य की प्राप्ति से पूर्व ही नष्ट हो जाते हैं । जबकि इन सबकी उत्पत्ति का गर्भ स्थान भी मन ही रहा है, मन ही अनोखी अनोखी कल्पनायें करते हुये,

अनोछे - अनोछे कलाकृतियों को पहले कल्पना करता है और तदनन्तर बुद्धि उसे मूर्तस्वरूप प्रदान करती है । परन्तु मन ही उसे नष्ट भी कर देता है ।

एक कलाकार का कलाकृति ही कलाकार के मनोभाव को प्रकटित कर देती है

कि इसका मन स्थिर था या अस्थिर । अतः मन को स्थिर रखने के लिए योग

समाज के सभी वर्गों के लिए अपेक्षित है ।

अर्थात् इसे अध्यापक(एड्युकेशन)

एक उद्योग तब तक उद्योग नहीं कर सकता है, जब तक उसका मानसिक

सन्तुलन ठीक न हो । किसी भी कार्य करने से पहले मनुष्य के मानसिक सन्तुलन

का स्वस्था होना परमावश्यक है, चाहे वो वैद्य हो, अभियन्ता हो, उद्यमी हो,

वैज्ञानिक हो, अध्यापक एवं छात्र हो या राजा और प्रजा ही क्यों न हो ।

प्रत्येक क्षेत्र को सुस्थिति एवं प्रगतिशीलता लाने के लिए मनोयोग का सन्तुलित होना

अत्यधिक महत्व रखा है । परन्तु इनमें भी अध्यापक एवं छात्र का परस्पर

मानसिक सन्तुलन होना एवं कर्तव्यों का पालन परमावश्यक हो जाता है ।

अध्यापक समाज का रीढ़ की हड्डी है । अध्यापक से ही छात्र प्रशिक्षण प्राप्त

करेंगे और जो वो अपने गुरुओं से सीखेंगे उसी पर आगे जोर करेंगे । किसी भी



समाज की उन्नति तब तक नहीं हो सकता, जब तक उसके पास योग्य प्राध्यापक न हों। योग स्वयं एक अध्यापक और उसे अपनाने वाले लोग छात्र हैं और छात्रों को चाहिये कि वे हंसकर सारभूत तत्व को मन से ग्रहण करें एवं स्थूल तत्व को छोड़ दें, जैसे हंस दूध में सदा तत्व दूध को ग्रहण कर लेता है और पाना पी रहा होता है, ऐसे ही छात्र को चाहिये कि वह अपने गुरुओं से ज्यादा से ज्यादा ज्ञान मन लगा कर आर्जित करें और गुरुओं को चाहिये कि वे समदर्शी बन अपने सम्पूर्ण ज्ञान को अपने छात्रों में वितरित करें, ताकि विद्या का प्रसार प्रचार अनयामत रह सके। यदि किसी समाज के अध्यापक, प्राध्यापक ऐसा नहीं करते हैं, तो उस समाज को आने वाले पीढ़ी को भारी हानि उठानी पड़ती है। जिससे समाज उन्नति की अपेक्षा अवनाति को प्राप्त होता है। अतः यह कहना युक्ति युक्त ही है कि गुरु परमात्मा होता है, जो मनुष्य की जिन्दगी को संवारते हुये, एक अवलक्षण एवं विस्मयजनक बना देता है। यद्यपि मनुष्य की अज्ञानता भी योग्यता होती है, परन्तु जो उसने अपने गुरुओं से ग्रहण किया होता है, उन्हीं तारों का प्रकाश रोध करते हुये अग्रसर होता है। उसका अल्पाधक अपनी अपेक्षा, याद गहराई से देखें तो गुरुओं के योगदान से मनुष्य परमगति को एवं परम लक्ष्य का चिह्न करता है।

### अभियन्ता

अभियन्ता के लिए योग की आवश्यकता इस बात से आंकी जा सकती है कि जब वे सरकारी या गैर सरकारी काम करते हैं, तब उनके मानसिक सन्तुलन का स्थिर रहना परमावश्यक हो जाता है। ऐसा विशेषकर आज के इस दौर



में और भी आवश्यक हो जाता है कि लगभग चारों ओर धनोपधा से काम हो रहे हैं। उनके कारण देश को हानि का सामना करना पड़ रहा है। उन धानियों में देश के पुलों का भी दुस्तान सहसा हो रहा, बहुमज्जिला भवन बनाने - बनाने बगर रहे और गरीब उधम मर रहे हैं। ऐसी परिस्थिति में यदि कोई इन बातों से या धानियों से देश या जनता को लाभ प्रदान करा देने में समर्थ है, तो वह केवल योग ज्ञान ही है। जिसे गहरा मनुष्य को मानसिकता प्रबल होती है और कार्यक्षेत्र में कभी भी वह लापरवाही नहीं करता है।

### चिकित्सक

चिकित्सक के दो भेद हैं - एक वैद्य - चिकित्सक सामान्य दूसरा शैल्य

चिकित्सक ।

दोनों का स्थान अपना-अपनी दृष्टि से महत्वपूर्ण माना गया है।

आज के इस बहुमुखी विकसित यान्त्रिक प्रणालियों के चक्के हुये भी योग की आवश्यकता पर बल दिया जा रहा है। जिसका कारण बहुधा ये प्रणालियां मनुष्य को उतना लाभ नहीं पहुंचा पा रही हैं, जितना कि योग पहुंचा रहे हैं। एक युग ऐसा आया जब सामान्य एकसरे से पता लगाया जाता, तदन्तर उससे भी विशेष अल्ट्रासाउंड एकसरे का युग आया, परन्तु दोनों को वास्तविक तौर पर पूर्णरूपेण सकल न तो देखकर आज डाक्टर परेशान हैं, कुछेक बिमारियां ऐसी हैं, जो इनमें नहीं आ रही, जैसे अभी कुछ दिन पूर्व एक व्यक्ति ४ विषय ४ रोग का शिकार हुआ दो बार शैल्य चिकित्सा करवा चुका है, बिमारी का पता भी नहीं और शैल्य चिकित्सा केवल अनुमान के आधार पर करनी पड़ी और लासरी





भारत पुनः अल्पा साहस ऐतरे करवा रहा है, परन्तु बिमारी सामने फिर भी नहीं आ रही, क्योंकि बिमारी तो है जो कि हम मनोज्ञानी स्वार्थी, योगी के सामने आ चुका है केवल योग के माध्यम एवं अन्य ज्योतिष ज्ञान से । ऐसे ही एक शोधार्थ गुणा वंशीय व्यक्ति जिसकी उम्र केवल अभी 27-28 वर्ष है जिस को भारतीय क्षेत्र के परीक्षण में पी०जी०आई० चण्डीगढ़ से स्वास्थ्य प्रमाण पत्र प्राप्त हुआ है । परन्तु जातक तदनन्तर भी वहीं कहता है कि मैं रोगी हूँ । ऐसे ही कुछ और भी सम्पर्क स्थापित करने पर बहुत ही महत्वपूर्ण जानकारीयाँ ऐसी प्राप्त होती रहती हैं। <sup>अब</sup> वैज्ञानिकी, यान्त्रिक विधियाँ असफल होती हुई देखा जा सकती हैं और इनका ज्ञान मनोयोग से प्राप्त किया जा सकता है । मनोयोगी अपने मन को <sup>रिक्त</sup> धातुक करके समक्ष उपस्थित व्यक्ति के अन्दर आरोपित करता हुआ सहसा पता लगाने लगता है। समक्ष स्थित प्राणी का दुःख मात्र प्राणी का नहीं रहता है । उसका दुःख यथावत मनोयोगी का अपना बन जाता है और वह तुरन्त पता लगा लेता है ।

इसके अतिरिक्त जब शल्य चिकित्सक किसी रोगी की शल्य चिकित्सा करते हैं, तो कई बार रोगी के अन्दर कोई न कोई उपद्रव कारक <sup>हानिकार</sup> <sup>हानिकर</sup> वस्तु रह जाती है। जिसके कारण शल्य चिकित्सक के मानसिक असन्तुलन का कारण रोगी को भुगतना पड़ता है । इसी बात से पता चलता है कि मनुष्य चाहे किसी भी पुष्प क्षेत्र से क्यों न जुड़ा हो, उसे अपने क्षेत्र के कार्यों का पालन तन्मयता से करना चाहिये, जिससे स्वयं को भी लाभ होता है और दूसरों को भी हानि नहीं होती और इस विधि को माने का मात्र एक ही पथ है , एक ही विधि है, वह है प्राणायामादि योग - ज्ञान ।



## उध्या

उध्या बहु प्रकार के होते हैं। उन्हें उन्हीं-उन्हीं क्षेत्रों में तन्मयता से काम लेना चाहिये। यदि कोई लकड़हारा लापरवाही का शिकार होता है, तो उसका जंग कट सकता है। यदि भारवाही है, तब उसे लापरवाही से मोच आ सकता है, यदि कोई खेदान का काम कर रहा है, तो उसे वहाँ भी शारीरिक जाग्रत हो सकता है। अतः उध्या के लिए भी मानसिक सन्तुलन बनाये रखना बहुत जरूरी है। इसे योग विषय से <sup>सन्तुलित</sup> माया जा सकता है।

## योग के लाभ एवं नान

### लाभ

हम देखते हैं कि जो भी वस्तु, द्रव्य या क्रिया उत्पन्न होती है उससे समाज लाभ पाता है। परन्तु लाभ के साथ ही साथ नान का भी सम्बन्ध रहता है। जैसे पुण्य के साथ पाप का, जैसे ज्ञान से अज्ञान, जैसे धर्म एवं अधर्म का सम्बन्ध समाज में स्थित है। ऐसे योग से अधिकतम लाभ ही है, नान कम है। योग दर्शन समाज को अधिकतम कर्तार न बनाकर निष्काम कर्म मार्ग को ओर चलने के लिए प्रेरित करता है और शिक्षा देता है कि नान समुदाय से ऊपर उठकर विषय के अभ्युदय के लिए जान करो। मनुष्य को कर्तव्यपरायण होकर काम करना और फल की इच्छा न रखना योग की ही शिक्षा है। जिस कर्म को हम शारीरिक कष्ट या मानसिक कष्ट या धार्मिक मानकर त्याग देते हैं, उसे योग ही ऐसा है जो करने के लिए मौनकृपुन्येन प्रेरित करता है। योग का मानना है कि जो व्यक्ति जिस काम को कष्टकारी समझ कर त्याग



रहा है, वह धारणा में उसे कर सका है । ऐसा इसलिए कि वह प्रथम उसे अर्ध-  
ज्ञानकर छोड़ रहा है या शारीरिक निर्बलता के कारण छोड़ रहा हो ।

परन्तु उसका मन फिर भी उसी में है जब भी वो उसे पुनः पुनः देखता है तो  
उसका मन व्यथित होता है परन्तु उसे प्रेरणा की आवश्यकता है उसे आवश्यकता  
है "कर्मों से कल से दूर रहने जैसे ज्ञान को" <sup>1</sup> उसे समझने एवं समझाने की आवश्यकता  
है कि "वो" भी कर्म ऐसा नहीं है जिसके आधिकारकर्ता ब्रह्म न हों" <sup>2</sup> अतः  
उस प्राण्य को बता दें कि वह उस कर्म को प्रेम से उत्पन्न हुआ जाने एवं  
संकोच सुख, दुःख, त्रिषण्य, जब शारीरिक बल समुदाय विशेष से भी प्राप्त किया जा  
सकता है । इन सब विषयों से बता चलता है कि योग शरीर एवं समाज के लिए  
ही नहीं आतु समाज के हरेक क्षेत्र में लाभ प्रदान कराने वाला है ।

### हानियाँ

प्रथम तो योग से हानि का प्रश्न ही उत्पन्न नहीं होता, यदि कोई हानि  
है तो एक अच्छे प्रशिक्षक के न होने से है । योग का प्रशिक्षक बहुमुखी प्रतिभा का  
धनी होना चाहिये जो सम्पूर्ण योग की शिक्षा प्रदान कर सके । उसे योग की  
विभिन्न - विभिन्न श्रेणियों का ज्ञान होना चाहिये जिससे शारीरिक बल की  
अवश्यकता न हूँ तो और न ही अनावश्यक द्वारा ही उत्पन्न भी हो सके ।  
यदि ऐसा करने में प्रशिक्षक विफल रहता है, तभी योग की हानि का भय भी  
रहता है । हम एक प्राणायाम की प्रक्रिया को सामने रखते हैं । ऐसा माना

---

1. कर्मण्येवाधिकारस्ते मा कलेष्टु कदाचन । - गीता अ० २ श्लो ०४७

2. कर्म ब्रह्मोद्भवमिवादि ब्रह्माक्षरसमुद्भवम् ॥ -  
तस्मात्सर्वगतं कर्म नित्यं यत् प्रसिद्धम् ॥ गी० अ० २ श्लो ०१५



गया है। प्राणायाम को किया एक ऐसी अद्भुत सर्वांगिक कठिन एवं लक्षणात्मक क्रिया है, जिससे मनुष्य के मन तो दग्ध होते हैं साथ ही साथ मनुष्य में अद्भुत तेज भी उत्पन्न होता है। परन्तु प्राणायाम से पूर्व एवं तुरन्त बाद हमें कौन सी वस्तु खदायी का सेवन करना चाहिये ताकि उस बढ़ते हुये तेज पर नियन्त्रण रखा जा सके। क्योंकि आग्न के अनियन्त्रित होने से वह शरीर को भी भस्म कर देता है और यदि सन्ध्या में जो दो घंटों भी ज्वाला का रूप धारण करती हुई भस्म कर डालती है। इसलिए शुक्ल यजुर्वेद में कहा गया है कि राजा को "योग के लिए एक योगवेत्ता को नियुक्त करनी चाहिये।"

नोट - बाद रहे कि जैसे आग को शान्त रखने एवं बुझाने के लिए जल को प्रयोग में लाया जाता है वैसे ही प्राणायाम के तुरन्त बाद आचमन करना चाहिये अर्थात् शीतज्विद जल ग्रहण करना चाहिये, ऐसा विधान सन्ध्या में भी निर्दिष्ट है। सन्ध्यावन्दन में भी प्राणायाम को किया जाती है, जिससे तुरन्त बाद आचमन के लिए जल ग्रहण का निर्देश है।

xxxxxx

xxxx

xx

1. योगाय युक्तारम् - शुक्ल यजुर्वेद अ० ३० अ० १४





द्वितीय अध्याय

महर्षि पतंजली का जीवन परिचय एवं कृतियां



## महर्षि पतंजली का जीवन परिचय एवं कृतियां

महर्षि पतंजली जी के जीवन <sup>आते</sup> सधेदनशील एवं सन्देशास्पद

बना हुआ इनके विषय में जितना भी साहित्य उपलब्ध होता है वह लगभग सबका सब अनुमान पर आधारित है परन्तु अवलम्बित है। जिनमें कुछेक सामग्री इन्हीं द्वारा रचित रचना चरक संहिता की व्याख्याकारों ने अनेक युक्तियों के द्वारा स्पष्ट करने का सुप्रयास किया है फिर भी अनिश्चितता बनी हुई है। जैसे-चरक में कुछेक निम्न प्रकार की युक्तियों से स्पष्ट करने का सुप्रयास किया गया है जिनमें कुछेक तथ्य महाभाष्य से भी लिये गये हैं तथा कुछेक तथ्य व्याकरणीय परम्परा के आधार पर स्वीकृत हैं जिन्हें गोरजदीय भी कहा जा सकता है।

सर्वप्रथम इनके जीवन पर प्रकाश डालते हुये जो कहा गया है वे

इस प्रकार से हैं -

चरकस्य सञ्चालनं चिकित्सकं अध्ययनं - (भारतीय इतिहास, स. २००० एवं चरक संहिता के आधार पर)

कुछ लोग अग्निवेश एवं चरक को एक ही मानते हैं पर चरक संहिता के प्रत्येक अध्याय के अन्त में "अग्निवेश कृते तन्त्रे चरक प्रति संस्कृते" इस पुष्पिका से ही स्पष्ट होता है कि यह दोनों भिन्न-भिन्न व्यक्ति हैं। किन्तु ये चरक कौन थे, इनका काल क्या था और ये किस प्रदेश के थे यह स्पष्ट नहीं हुआ है इन सम्बन्धों में विचार करते हुये विभिन्न पुरातत्त्वविदों ने अनेक मत प्रकाशित

१ - द्रष्टव्य - चरक संहितायाः भूमिकायाम्



॥ उपस्थित ॥ किये हैं, जिनमें निम्नलिखित पांच विशेष महत्त्व रखते हैं :-

1. चरक कुषाण वंशीय राजा कनिष्क के राज वैद्य थे ।
2. पातंजल योग सूत्र, पाणिनीय महाभाष्यकार पतंजली एवं चरक एक ही थे ।
3. भाव प्रकाश में वर्णित क्रम के अनुसार यह 'विशुद्ध' नामक एक ऋषि के पुत्र एवं भगवान् अनन्त के अवतार थे ।
4. इनका नाम कपिष्ठल चरक था । इनका निवास स्थान पञ्चनद ॥ पंजाब ॥ प्रदेश इरावती एवं चन्द्रभागा के मध्य स्थित कपिस्थल नामक ग्राम में था । यह गोत्र प्रवर्तक ऋषि थे ।
5. कृष्ण यजुर्वेद के टीका ॥ चरक शाखा ॥ कार वैशम्पाय शिष्य चरक ही अग्निवेश तन्त्र के प्रति संस्कर्ता थे । 'यह सत्य नहीं है' इसका आगे निर्णय किया गया है । अपितु चरक शाखा रही है, जिसमें पतंजली अवतरित हुये और उन्होंने इसी शाखा को और अधिक प्रकाशित करने के लिए अपने ग्रन्थ को इसी का नाम देकर कृतार्थ किया होगा ।

1. कनिष्क का राज वैद्य होने की जो बात पुरातत्त्व विदों ने कही है, वह कहीं भी सही नहीं बैठती । क्योंकि कनिष्क के शिलालेखों में कहीं भी चरक ॥ पतंजली ॥ का नाम नहीं आया है । जबकि कनिष्क के समकालीन आर्य नागार्जुन ने अपने उपायहृदय नामक ग्रन्थ में सुश्रुत का तो उल्लेख किया है परन्तु चरक का कहीं भी नहीं किया है । किन्तु वे अपने समसामयिक, अत्यन्त प्रतिष्ठित राज वैद्य चरक को वे भूल जायें, यह अस्वाभाविक है । राजतराङ्गिणीकार ने



भी कनिष्क वृत्त वर्णन में अवश्य चरक उल्लेख किया होता । जबकि सर्वसिद्ध है कि कनिष्क बौद्ध था और उसके मन्त्री भी प्रायः बौद्ध ही रहे होंगे । जबकि चरक पर कहीं भी बौद्धवाद की छाया नहीं दिखाई देती है । चरक और पतंजली एक ही थे ऐसी जनश्रुति है और पतंजली का काल ईसा पूर्व दूसरी या तीसरी शताब्दी निर्धारित है । इस प्रकार कनिष्क कालीन चरक एवं पुष्यमित्र कालीन पतंजली में कम से कम 300 वर्षों का अन्तर आता है । वस्तुतः पतंजली एवं चरक कुषाणवंशीय कनिष्क त्रिपिटक बौद्ध ग्रन्थ चीनी अनुवाद के अनुसार भिन्न है । संभव है कि कनिष्क के किसी अन्य नाम वाले राजपूथ को "चरक" यह उपाधि प्राप्त रही हो और चरकसंहिता का कुछ प्रतिसंस्कार भी किया हो, पर उसे संहिताकार चरक मानना भ्रामक है ।

2. कैपट, विज्ञान भिक्षु, स्वामिकुमार षड्गुरुशिष्य आदि की उक्तियों के आधार पर कुछ विद्वानों ने पतंजल योग सूत्र और व्याकरण महाभाष्यकार पतंजली एवं चरकसंहिताकार चरक को एक ही व्यक्ति माना है । किन्तु निम्नांकित तथ्यों का विचार करने पर कुछ अधिक अनुमानों पर आधारित जानकारी उपलब्ध होती है ।

महाभाष्य में "अरुण<sup>२५</sup> वनः साकेतम्" \*अरुणदयवनो माध्यमिव्याम् वाक्य आया है जो साकेत अथवा पर दूये मिलिन्द Menander King of Bactria के आक्रमण का द्योतक है । इससे मिलिन्द के आक्रमण के बाद ही महाभाष्य की रचना हुई प्रतीत होती है । \*पुष्यमित्रं याजयामः \*<sup>xx</sup> इस

x

महाभाष्य 3/2/111

xx

3/2/123





वर्तमान कालिक क्रिया रूप निर्देश से पुष्यमित्र के समय महर्षि की उपस्थिति प्रमाणित है । इस प्रकार से ईसा के पूर्व दो सौ से तीन सौ वर्ष पूर्व अर्थात् द्वितीय या तृतीय शताब्दी होना निर्विवाद है । अतः कनिष्क का राज वैद्य होने वाले तथ्य इस तथ्य से स्वतः अति <sup>दृष्ट</sup> हो जाते हैं ।

अतः महर्षि पतंजली जी का आधिपत्य ईसा से द्वितीय से लेकर तृतीय शताब्दी ही युक्ति युक्त सिद्ध होता है ।

### जन्म स्थान

भारतीय विद्वानों की सबसे बड़ी महत्वपूर्ण उपलब्धि उनका विभिन्न प्रकार की कृतियों में विभिन्नता रही है और इसी विभिन्नता के कारण आज कवि कुल गुरु कालीदास जैसे महान् कवि महत्ता रखते हैं । विक्रमोर्वशीय और अभिज्ञानशाकुन्तलम् जैसे विभिन्न शैली के नाटक एक ही कवि की कृतित्व मानने के लिए चिन्ता डालने लगते हैं। ऐसी ही महर्षि पतंजली जी की भी साहित्यिक जीवन शैली रही, जिन्होंने किसी भी ग्रन्थ में न अपना एवं न ही अपने जन्म स्थान का ही कहीं उल्लेख किया है) जिसे देखकर चरक संहिता के हिन्दी व्याख्याकार ने 'विद्योतिनि' नामक टीका क उपोद्घात में अनायास ही लिख दिया कि "महाभाष्य में चरक का एवं चरकसंहिता में पतंजली का कहीं भी उल्लेख नहीं है ।"



सत्य नारायण शास्त्री इस बात से चूक गये कि भारतीय विद्वानों की यही सबसे बड़ी विशेषता रही कि इन्होंने कहीं भी अपने में अहं को नहीं उमड़ने दिया । कवि कालीदास और महर्षि पतंजली इसका एक स्फुटित उदाहरण है । इनके विषय में निर्णय करने के लिए विद्वानों ने कुछ न्याय बनाये, थे उन्हीं में एक "एडः प्राचा, देशे गोर्नदीय" न्याय से विद्वान एवं इतिहास वेत्ता अनुमान लगाने लगते हैं कि महर्षि जी का जन्म स्थान 'गोण्डा' नामक स्थान रहा होगा । 'गोर्नदीय' शब्द महाभारत के पर्याय के रूप में हुआ है । इतिहासवेत्ताओं का मानना है कि यही शब्द आगे चलकर अपभ्रंश होकर "गोण्डा" कहलाया होगा । जो कि उत्तरप्रदेश पूर्वोत्तर भाग का जिला है ।

कुछ लोगों का मत है कि कश्मीर के किसी राजा गोर्नद के नाम पर कश्मीर को ही गोर्नद प्रदेश मानते हैं पर राजतरंगिणी आदि ग्रन्थों में या कहीं भी कश्मीर जैसे प्रसिद्ध एवं बहुवार स्मृत स्थान का उल्लेख नहीं हुआ है । अतः इन्हें पूर्वोत्तर का 'गोण्डा' का मानना ही युक्तियुक्त लगता है । डॉ० कुंवल्लाल महाभारत में पाटली पुत्र का बार-बार जो उल्लेख हुआ है । डॉ० कुंवल्लाल व्यास शिष्य अनेक इतिहासज्ञों के मतों को पटल पर रखकर बताते हैं कि हार्वर्ड विश्वविद्यालय के प्रोफेसर वुड्स जिस प्रकार से महाभारत तथा योग सूत्रों में उल्लिखित कुछ तत्व, द्रव्य, गुण आदि की व्याख्याएँ हैं वे लगभग भिन्न-भिन्न हैं । जिनके परिणाम स्वरूप दोनों के रचयिता भिन्न-भिन्न हैं । यही तो भारतीय मनीषियों की विशेषता रही कि वे कभी भी आर्थिक दृष्टि को ध्यान में रखकर नहीं पढ़े, जिसका उदाहरण चाणक्य एवं वेद पुराणों आदि शास्त्रों के प्रवर्तक इस तरह के स्पष्ट उदाहरण रहे हैं ।



प्रोफेसर बुइस के कथन को ध्यान में रखते हुये आचार्य दास गुप्त लिखते हैं कि महाभाष्य एवं योगसूत्रों का तुलनात्मक अध्ययन करने पर इन दोनों के तत्त्व, द्रव्य एवं गुणों में अत्यधिक साम्यता है, जिसे बुइस नहीं समझ सके। अतः महाभाष्य एवं योगसूत्र के रचयिता पतंजली ही थे।

डॉ० आनंदाप्रसाद मिश्र ने भी इन दोनों ग्रन्थों के रचयिता महर्षि पतंजली जी को ही माना है। इन्हीं के आधार पर डॉ० कुंवरलाल व्यास शिष्य लिखते हैं कि यह पतंजली बुद्ध. ग. काल में १५०ई० पू० में हुए और इनका देश गोनर्द कश्मीर माना है।

जैसा कि महाभाष्य में उल्लेख मिलता है "अभिजानासि देवदत्त।  
कश्मीरान् गर्मिष्यामः तत्र सक्तून पास्यामः।"

### वृत्तियां

महर्षि पतंजली की मुख्यतः तीन वृत्तियां आज तक सम्पूर्ण विश्व में अपना धर्मध्वज स्थापित किये हुये हैं जिन पर सम्पूर्ण विश्व चिन्तन एवं व्याख्याओं करके कुछ न कुछ भीतिकता से परे एवं शब्द ज्ञान आयुर्वेद ज्ञान तथा मन से मेल को धोने के लिए और शरीर को स्वच्छ रखने एवं आत्मा-परमात्मा के मिलन के लिए अध्ययन कर मुक्ति को प्राप्त हो रहा है। इन तीनों ग्रन्थों का नाम है चक्रपाणि दत्त ने भी इसे स्पष्ट किया है।

1. भारतीय दर्शन - डॉ० कुंवर लाल, 3/2/114

3. पातंजलमहाभाष्य चक्रप्रतिसंस्कृतैः  
मनोवाक्याय दोषाणां हन्त्रेऽहिपतये नमः। - चक्रपाणि लल्लूदास  
31. 9/4/2011



निविदा, 25/10/21 —

1. पातंजल योग सूत्र , 2. व्याकरण महाभाष्य 3. चरक संहिता

प्रथम दोनों ग्रन्थ इनकी अपनी कृतियां हैं जबकि चरकसंहिता का प्रति संस्करण किया हुआ बताते हैं। परन्तु यह संहिता काल का ग्रास बन चुकी थी जिसका पुनरोद्धार का श्रेय पतंजली जी को जाने लगा जिसके परिणाम स्वरूप इसके रचयिता कहलाने लगे।

सम्राट समुद्रगुप्त ने तो स्पष्ट रूप से स्वरचित कृष्णचरितम् काव्य में लिखा है कि मैं मुनिपतञ्जली जी को सदा नमस्कार करता हूँ जिन्होंने वाणी शोधार्थी व्याकरणमहाभाष्य की रचना की, रोग मुक्ति के लिए चरक संहिता तथा चित्त से दोषों को मिटाने वाले एवं महानन्द सच्चिदानन्द रूप आनन्द देने वाले योग सूत्रों को रचकर विश्व का कल्याण किया।

इसी की प्रतिध्वनि भोज ने भी अपनी योगसूत्रवृत्ति में की है -

शब्दानुशासन के जानकर व्याकरण पर महाभाष्य लिखे,

वैद्यक ग्रन्थ की रचना की एवं वाणी, चित एवं शरीर को संस्कृत करने के लिए

तीनों शास्त्र व्याकरण महाभाष्य, योग सूत्र एवं चरक संहिता लिखी। रामभद्र

दीक्षित ने पातंजल चरितम् में लिखा है कि योगदर्शन के सूत्र एवं वैद्यक ग्रन्थ और

वार्त्तिक अर्थात् पार्णिनीय व्याकरण पर महाभाष्य इस जगत् की रक्षा हेतु इन

तीनों को रचकर सम्पूर्ण जगत् में प्रचार किया था।

1. पतञ्जलिर्मुनिवरो नमस्यो विदुषां सदा । कृतं येन व्याकरण महाभाष्यं  
वचनशोधम् ॥ धर्मविद्युक्ताश्चरेक योगारोगमुखाः कृताः ॥  
महानन्दमयं काव्यं योगदर्शनमद्भुतम् ।  
योग व्याख्यान भूतं तद्रचितं चित्तदोषहम् ॥ - सम्राट समुद्रगुप्त  
विरचित कृष्णचरितम्  
श्लोक - 19-21

2. शब्दानुशासनं विदुषां पातञ्जले कुर्वता वृत्तिराजमृगाइ. कसंज्ञकमपि  
व्यातन्वता वैद्यके । वाक्ये तो वपुषां मलः फणिभूतां भवेव येनोद्धृतः ।  
सूत्राणि योग शास्त्रे वैद्यकशास्त्रे च वार्त्तिकानि ततः । - दुर्लभ - 21 रतीप  
कृत्वा पतंजलीमुनिः प्रचारयामास जगदिदं त्रातुम् ॥ 2. 2. नि. डॉ. क. र. रत्न





यहां तक चरक संहिता के विषय में बात आती है कि यह इनकी स्वतन्त्र कृति है वह वास्तव में आज की चरक संहिता जिस विशालकाय स्थिति में है वह इन्हीं की देन है । चरक संहिता के रचयिता अग्निवेश माने गये हैं जिन्होंने अपने गुरु अत्रिय से इस विद्या को ग्रहण किया था । परन्तु उस विद्या को सीखने पर जो उन्होंने तन्त्र तैयार किया उसका नाम 'अग्निवेश' तन्त्र था न कि चरक संहिता । उसी तन्त्र का अध्ययन करके लगता है कि जैसे बहुत से शास्त्रों के बाद पाणिनीय शब्दानुशासन की तरह योगानुशासन तथा पाणिनीय व्याकरण पर महाभाष्य लिखा । उसी प्रकार से चरक संहिता की भी इन्होंने रचना की । यदि "अग्निवेश कृते तन्त्रे चरकप्रतिसंस्कृतेः" जो कि प्रत्येक अध्याय की समाप्ति पर मिलता इसी को आधार मान लिया जाये और कहा जाय कि यह इनकी अपनी रचना नहीं है तो फिर महाभाष्य के विषय में भी विवाद उत्पन्न हो जायेगा यह शास्त्र भी महाभाष्य की तरह स्वतन्त्र रचना है इतना अवश्य है कि इन्होंने अग्निवेश के तन्त्र का अध्ययन करके एक अद्भुत विस्तृत व्याख्या वाले ग्रन्थ का रूप देकर इसे चरक का नाम दिया । इस शास्त्र में शारीरिक एवं मानसिक रोगों के नाशार्थ में आयुर्वेद की प्रत्येक पद्धति का समावेश किया गया है जिसमें पूजा-पाठ, मन्त्र, जाप, हवन, मर्कट अभिचार कर्म तथा व्यायामों के साथ ही साथ रसायन एवं औषधि प्रक्रिया का भी उल्लेख मिलता है । जबकि मोक्ष के क्षेत्र में भी इसका यदि अध्ययन कर लाभ, मोक्ष पाने का प्रयास किया जाये तो मुक्ति भी देता है । अतः ऐसा अद्भुत दर्शन, बेजोड़ मिलाप अन्य किसी दर्शन में नहीं मिलता है । यह अवश्य ही गुणान्वित है ।



परन्तु आज भी बहुत से आलोचकों का मानना है कि तीनों के रचयिता पतंजली नहीं थे।<sup>अतः</sup> बल्कि तीन व्यक्ति अलग-अलग थे। उनका तात्पर्य है कि पाणिनीय अष्टाध्यायी में भी चरक का उल्लेख<sup>\*</sup> हुआ है "कठचरकाल्लुक" तथा "माणवचरकाभ्याम्<sup>\*</sup> खण्ड" जैसे सूत्रों में चरक शब्द आया है अतः चरक और पतंजली भिन्न - भिन्न हैं। क्योंकि महाभाष्य पाणिनीय अष्टाध्यायी पर किया गया पतंजली जी का भाष्य है। इसी तथ्य पर प्रकाश डालते हुये बहुत से वेदवेत्ता कहते हैं कि यहाँ पर चरक का उल्लेख कृष्ण यजुर्वेद की शाखा का निर्देशक है। यही वास्तविकता है, क्योंकि इसके पीछे वाले सूत्रों में तैत्तिरीयाः काश्यप-कौशिक<sup>\*</sup> आया है ये सब ऋषि हुये। तथा वाजसनेयी एवं शौनकिनः<sup>\*</sup> सब रूप सिद्धि में शाखा वाचक ही हैं। कलाप वैशम्पायनादि का उल्लेख<sup>\*</sup> हुआ तदनन्तर कठ चरक का उल्लेख कठ शाखा एवं चरक शाखा की भी सम्मति बैठती है। इसी शाखा में अवतरित हुये महर्षि पतंजली जिन्होंने शास्त्र साधना एवं योग साधना में जीवन समर्पित किया। इसी प्रकार के जीवन में रहते हुये अतिक्लिष्ट महाभाष्य एवं चरक संहिता जैसे ग्रन्थों का लेखन किया तथा दार्शनिक जगत् के लिए मुक्तिहेतु योगसूत्रों का ग्रन्थ कर एक अद्भुत पाणिनीय की तरह ही शैली प्रदान की। जिसके महत्त्व से आज सारा विश्व शारीरिक एवं मानसिकता के साथ-साथ परमानन्द प्राप्त रूपी लाभ कमा रहा है।

\* कठ चरकाल्लुक ॥ - पं० अ० ४ पा० ३ सू० १०७

\* माणवचरकाभ्याम् खण्ड ॥ भाषाकृतौ पा० अष्टा० अ० ५ पा० १ सू० ॥

\* तित्तिरिवरतन्तु खण्डकोशाखण्ड ॥ - ४/३/१०२

\* काश्यपकौशिकाभ्यामृषिभ्याम् ऋषिभिः ॥ ४/३/१०३

\* शौकाकार्दिभ्यश्छन्दसि ॥ शौनकिनः । वाजसनेयिनः ॥ - ४/३/१०६

\* कलापवैशम्पायनान्तेवार्त्तिभ्यश्च ॥ ४/३/१०४



इसी प्रकार चरकी शब्द<sup>1</sup> वैष्णव पंचांग में भी मिलता इसके लिए मन्त्र समर्पित है जो कि वास्तु पूजा विधान में आया है । इसी से पता चलता है कि चरकी एक नार्गिन का नाम था जो नाग वंश की पत्नी को स्पष्ट करती है तथा चरक नामक नाग वंश से पहचान करवाती है । जिसके आधार पर यह कहना गलत नहीं होगा की महर्षि पतंजली इसी चरक नामक नाग वंश में हुये और इनके व्यक्तित्व के कारण विद्वानों ने इन्हें अहिर्षति कहा हो । जिसका अनुमोदन भाव प्रकाशकार ने भी किया है ।

दूसरा कारण लोक प्रसिद्ध है कि कुछ विद्वान ऐसे भी होते हैं जो अपने कुल गोत्र से जुड़े हुये होते हैं जैसे भारत के प्रधानमन्त्री लाल बहादुर शास्त्री हुये, उन्होंने तो शास्त्री कक्षा उत्तीर्ण की थी, जिससे वे विभूषित थे, परन्तु आगे उनके आत्मजो ने इसे अपने साथ जोड़ लिया । परन्तु पतंजली इससे भिन्न थे उन्होंने अपने वंश की विद्वत्ता एवं महत्ता को भांग कर ही आयुर्वेद शास्त्र का नाम अपने कुल गोत्र एवं शाखा पर रखकर अपनी शाखा के लिए समर्पित किया होगा, ऐसा भी सम्मत लगता है ।

वस्तुतः देखा जाये तो योग सूत्र एवं आयुर्वेद चरक संहिता का मोक्ष प्रकरण बहुत अधिक गिलते जुलते हैं । जो बातें चरक संहिता में विस्तृत रूप से कहीं गई उन्हीं को सूक्ष्म रूप से उन्होंने योग सूत्रों में कहा । जैसे वे योगसूत्र में ईश्वर प्रणिधरन कहकर ईश्वर से परिचित कराते हैं वैसे ही चरक में भी

---

1. ज्योतिष बिहारी लाल शर्मा वसिष्ठ कृत वैष्णवपञ्चाङ्ग, पृ०-39



रोग शान्त न होने की स्थिति में प्रभु भक्ति करने को कहते हैं कि 'अनन्त मस्तक वाले , चराचर जगत् के स्वामी, व्यापक भगवान् विष्णु का सहस्रनाम से अर्थात् विष्णु सहस्रनाम का पाठ करने से सब प्रकार के ज्वर शान्त हो जाते हैं ।'

इसके अतिरिक्त विष्णु रूप में न कर सकी तो 'भगवान् महेश्वर की ब्राह्मी आदि अष्टमातृका, पार्वती, नन्दी आदि अनुचरों सहित सावधानी पूर्वक पूजा करने से ज्वर शान्त हो जाते हैं ।'

इनके अतिरिक्त महर्षि जी ने अपनी चरक नामक कृति में कुछेक प्रातः मार्जनार्थ कृष्ण यजुर्वेद के मन्त्रों का भी उल्लेख किया है ।

जिस प्रकार समाधि सुख एवं अन्तर्द्वन्द्व रूपी रोगों से छूटन के लिए योगसूत्र में कहा गया है कि माणमन्त्र औषधी जपः से भी समाधि लाभ हो सकता है उसी प्रकार से चरक में भी मिलता है । जैसे - उत्तम-उत्तम मणि या औषधियां एवं मांगलिक द्रव्य भी रोगनाश में सहायता देते हैं । उन्हें धारण करना चाहिये ।

- 
- ✓ विष्णु सहस्रमूर्धनि चराचरपतिं विष्णु ॥-३१॥ उत्तरार्ध २१०२/१-६०-६०
- स्तुवन्नाम सहस्रेण ज्वरान् सवनिपोहति ॥ - पूर्वार्ध
- सोमं चानुचरं देवं समानुगन्मीश्वरम् ॥ - ३१० उत्तरार्ध
- पूजयन् प्रयतः शीघ्रं मुच्यते किमज्वरात् ॥ - ३११ पूर्वार्ध
- ✱ मणीनामोषधीनां च मङ्गल्यानां विषेऽपि च यत् । - ३०९ उत्तरार्ध
- धारणादगदानां च सेवमान्न भविज्वरः ॥ - ३१० पूर्वार्ध





तपस्या के लिए भी कहा गया है जिससे सब रोगों की जड़ अहंकार का नाश हो सके इसके लिए सेवा करनी चाहिये जैसे योग सूत्रों में "तपः" का विधान है उसी प्रकार कहा है कि माता-पिता और गुरुजनों की भक्तिपूर्वक पूजा करने से , ब्रह्मचर्य का पालन करते हुये रहने से , तपस्या करने से , सत्य बोलने से नियमपूर्वक रहने से जप करने एवं होम करने से , दान करने से , वेदों को सुनने से और साधु पुरुषों को देखने से मनुष्य ज्वर से शीघ्र ही मुक्त हो जाता है । गंगा स्नान एवं मरुद्गणादि देवताओं की पूजा भी करनी चाहिये इस प्रकार से देखा जाये तो जिस प्रकार कठचरकाल्लुक एवं माण्डवचरकाम्याम् जैसे सूत्रों का अनर्थकारी विधान किया गया है वह इन्हीं उदाहरणों से असत्य सिद्ध हो जाता है कि चरक व्यक्तिवाची न होकर शाखा के अर्थ में प्रयुक्त हुआ है ।

ब्रह्माण्मशिवनारिन्द्रं हुतम् हिमाचलम् । - ३१२ उत्तरार्ध

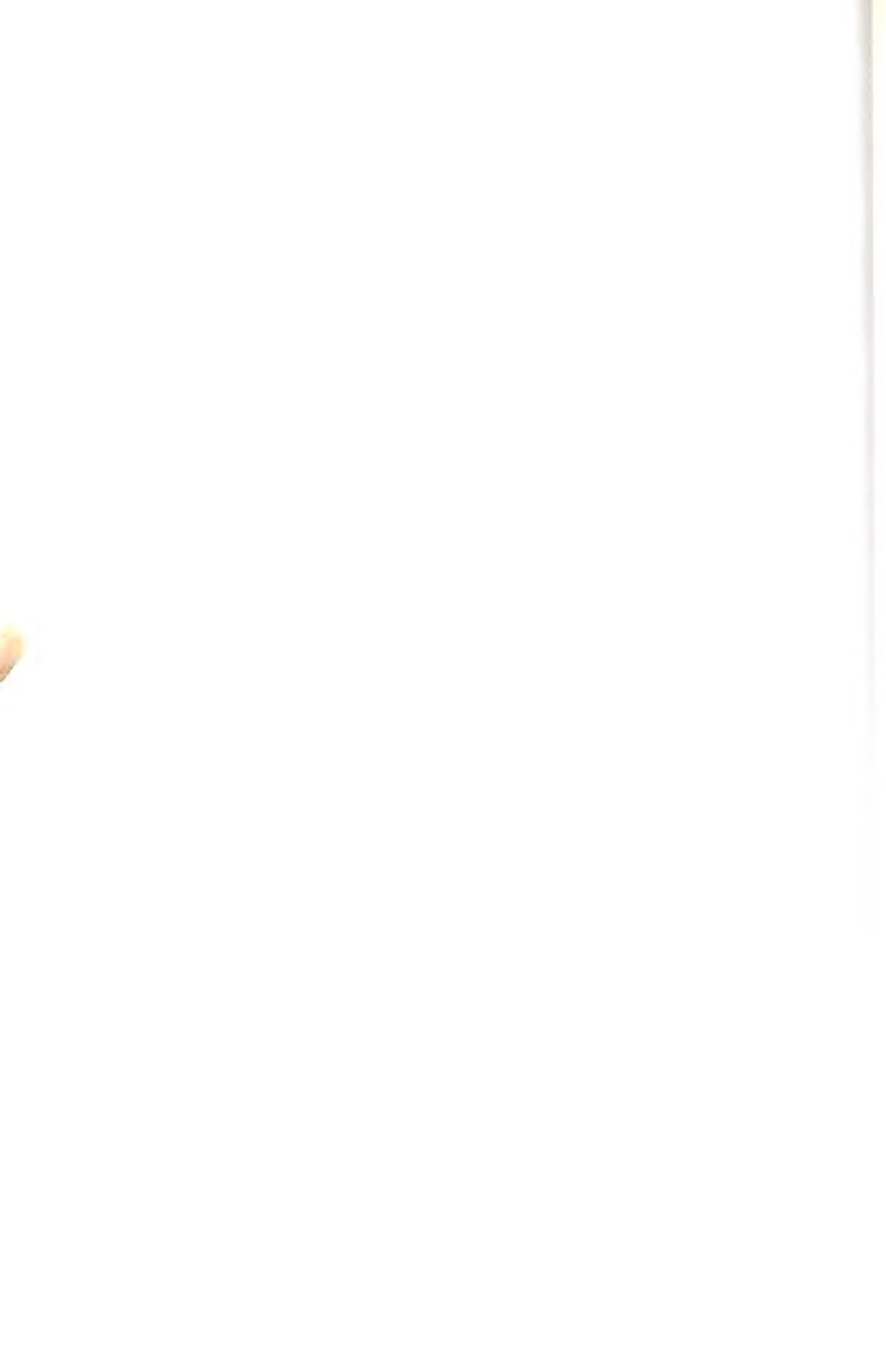
गंगां मरुद्गणां श्येष्टया पूजयज्जयाति ज्वराम् ।

भक्त्या मातुर्पितुश्चैव गुरुणां पूजनेन च ॥ - ३१३

ब्रह्मचर्येण तपसा सत्येन नियमेन च ।

जप होम प्रदानेन वेदानां श्रवणेन च ॥ - ३१४

ज्वरादिमुच्यते शीघ्रं साधूनां दर्शनेन च ॥ - ३१५ पूर्वार्ध



इस समन्वित रूप से अध्ययन करने पर पता चलता है कि महर्षि पतंजली ई० से दो सौ से तीन सौ वर्ष पूर्व हुये । तथा पार्श्वनि ऋषि जी से बाद में हुये ।

"एडः प्राचां देशे" से गोनर्दीय न्याय से इन्हें गोण्डा का माना जाना या गोनर्द नामक कश्मीर का कहना आज भी सन्देह के घेरे में है ।

कृतियों के विषय में यह निर्विवाद है कि ये तीनों रूपक पातंजल योग सूत्र, व्याकरण महाभाष्य एवं चरकसंहिता तीनों ग्रन्थ इन्हीं द्वारा विरचित हैं ।

तभी तो विद्वान ने इनकी प्रशंसा में एक श्लोक गाया था जो इस प्रकार है -

योग से चित्त को पदों को शुद्ध वाणी से तथा शरीर को चरक संहिता में दिखलाये गये सिद्धान्तों को स्वास्थ्यता प्रदान करने वाले महान् उपकारी मुनियों में श्रेष्ठ महर्षि पतंजलि जो को नमस्कार करता हूँ जो कि माता की अंजली में अवतरित हुये थे ।

† योगेन चित्तस्य पदेनवाचां मलं शरीरस्थतु वैद्यकेन ।

योग्यारोत्तं प्रवरं मुनीनां पतञ्जलीं प्राञ्जलिरातनोऽस्मि ॥ भोजवृत्ति पृ० ४८  
श्लो० १९

डॉ० कुवर लाल कृत भारतीय दर्शन , पृ० - 58 ।



अतः इस प्रकार विद्वचनात्मक अध्ययन से पता चलता है कि महर्षि जी ने पहले पहल पाणिनीय व्याकरण पढ़ा होगा तथा कृष्ण यजुर्वेद का भी पूर्ण अध्ययन किया होगा जिस शाखा से वे जुड़े हुये थे । पाणिनीय व्याकरण पर आगे चलकर जो काम महर्षि पाणिनी जी के बाद रुक गया था या समझना कलिष्ट था उसे महर्षि पतंजली ने खोलकर प्रकाशित किया तथा इसी व्याकरण शास्त्र ने ही प्रेरित किया होगा कि वे भी एक इसी सूत्र बद्ध शैली में महर्षि पाणिनि की तरह ससमान ग्रन्थ की रचना करें इसी विवर्जिता एवं अन्तःस्फोट ने महर्षि से महाभाष्य के बाद पातंजल योग सूत्र नामक ग्रन्थ का निमण कराया जिसके रहस्यों को चरकसंहिता में खोलकर समझने का प्रयास किया अतः प्रथम रचना महाभाष्य द्वितीय पातंजलयोगसूत्र एवं तृतीय रचना चरक संहिता के रूप में की हुई लगती है । इसके लिए अनुमान सिद्ध है कि जैसे पाणिनीय व्याकरण के विषय कठिन होने के कारण महाभाष्य लिखा वैसे ही योग सूत्रों के कलिष्ट सूत्रों को देखकर यत्र तत्र सर्वत्र चरकसंहिता में इन्हें खोलकर समझाने का काम हुआ है । जैसे स्वस्था प्रकरण में मोक्ष प्रकरण तथा मात्रशीति अध्याय ति श्लेष्णीयाध्याय में धारणीय वेग वर्णन तथा सद्वृत्त वर्णन में से पाठ पढ़ने को मिलता है । ये पाठ सभी योगिक महत्व को दर्शाते हैं । जो आज के भौतिकता भरे जीवन को समझाने के लिए अति उपयुक्त एवं सरल भी है । इनसे मानव समाज हर प्रकार से लाभान्वित हो सकता है इनमें नैतिकता पर अधिक बल दिया गया है । जिसकी समाज को आज अत्यधिक आवश्यकता अनुभव हो रही है ।



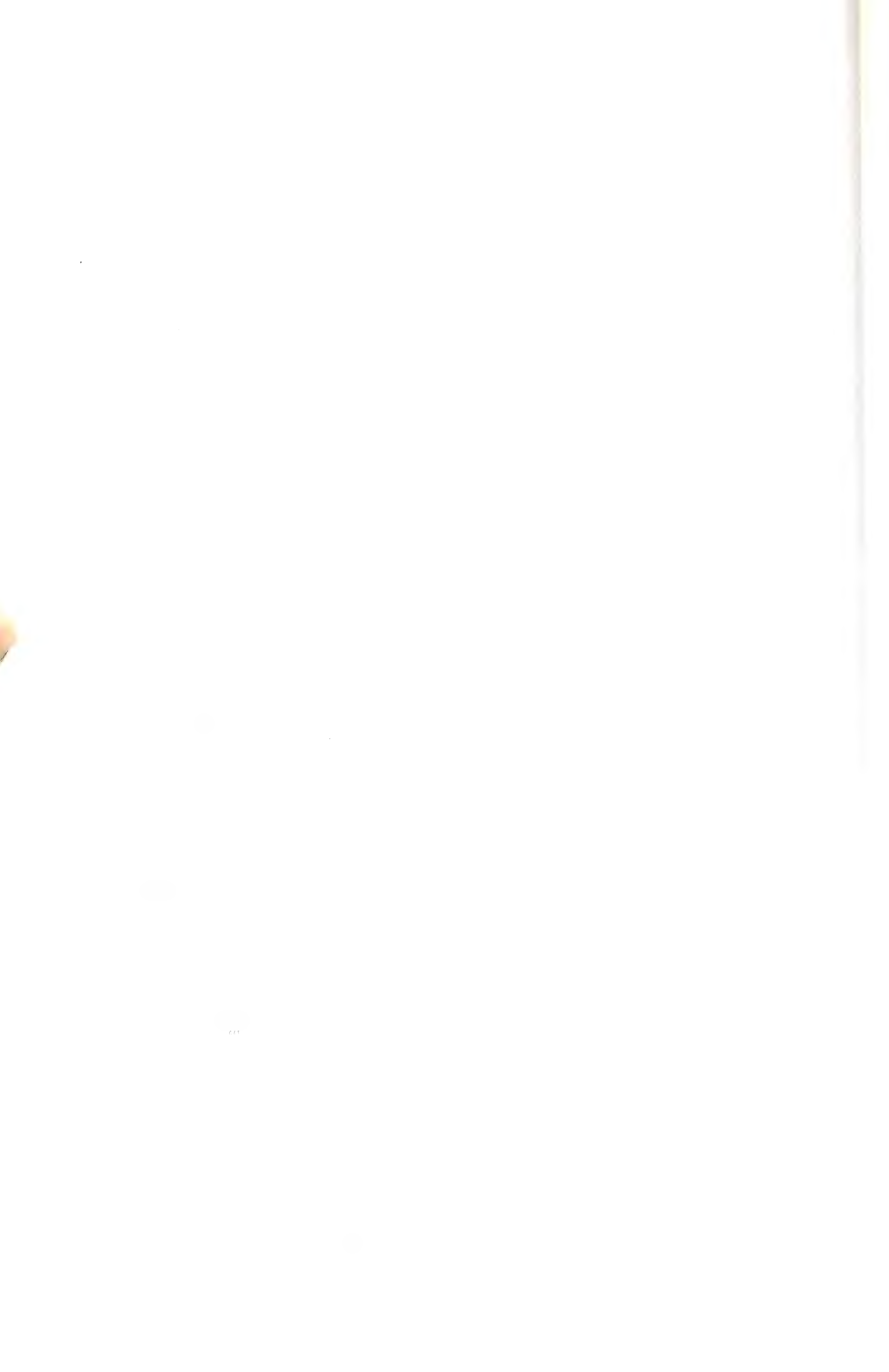
भाष्य

महर्षि पतंजलि विरचित तीनों ही कृतियों पर कभी न समाप्त होने वाला अध्ययन, चिन्तन एवं शोध सतत अनवरत रूप से देश एवं विदेशों में हजारों वर्ष पूर्व से चला आ रहा है एवं चलता ही रहगा फिर भी यह घैसे के घैसे परिपूर्ण सबको अपनी ओर आकृष्ट करते रहेगे। इन्हीं में योगसूत्र पर आज तक मुख्यतः प्रामाणिक रूप से <sup>चार</sup> भाष्य हुये हैं जो क्लिष्ट एवं अक्लिष्ट रूप से पढ़ने को मिलते हैं। ये मुख्यतः व्यासभाष्य, तत्त्ववैशारदी राजमार्तण्ड ॥ भोजवृत्ति ॥ एवं योगवार्तिक के नाम से जाने जाते हैं। जबकि हिन्दी एवं बंगला में भी बहुत काम हो चुका है।

जहाँ तक अनुसन्धान का विषय है बहुत से अनुसन्धित्सुओं ने इस पर एम०एफिल० एवं पी०एच०डी० की उपाधि हेतु कार्य किये हैं।

व्यास भाष्य

पातंजलयोगसूत्रों पर सबसे प्राचीन भाष्य यदि कोई मिलता है तो वह व्यास भाष्य ही मिलता है। इस भाष्यक कर्ता को अनुमानतः ही नहीं वह व्यास भाष्य ही मिलता है। इस भाष्यक कर्ता को अनुमानतः ही नहीं अपितु तथ्यात्मक रूप व्याकरण महाभाष्य का ज्ञान था जिसे पढ़ने के बाद उनके मन में आया होगा कि यदि पाणिनीय अष्टाध्यायी पर पतंजली महाभाष्य लिख सकते हैं तो स्वयं भी ऐसा ही अद्भुत शैली से किसी प्रकार से पातंजलयोग सूत्रों पर इसी शैली में भाष्य लिखने का प्रयास करना चाहिये। जिसे वस्तुतः भाष्यकार ने लिखकर व्यास भाष्य का नाम दिया। इसकी भाषा क्लिष्ट है और सामान्य विद्वद् मण्डली द्वारा समझने में भी कठिन है, परन्तु विद्वता





के क्षेत्र में कोई कमी नहीं है अपितु स्तम्भ है । अनेक उदाहरणों से सुसज्जित  
 अलंकृत है । इस भाष्य के लेखक के जीवन समय एवं अन्य विषयों में महर्षि  
 पतंजली जी की तरह आज भी संशय बना हुआ है । कुछ विद्वान इस भाष्यकार  
 को पाराशर्य व्यास मानते हैं परन्तु साथ ही कुछ विद्वानों का मानना है कि  
 यह व्यास उपाधि से विभूषित थे इसलिए इसका नाम व्यास भाष्य रहा होगा ।  
 परन्तु साथ ही शब्दार्थ को जानने वालों का मानना है कि व्यास का अर्थ  
 विस्तृत होता है । इन योग सूत्रों पर विस्तृत बहुमूल्य व्याख्या होने के कारण  
 हो सकता है कि इसको व्यास भाष्य का नाम दे दिया हो । परन्तु मेरे अनुमान  
 से इनकी विद्वद शैली को देखने पर पता चलता है कि यह एक उच्च कोटि के  
 विद्वान रहे होंगे जिन्होंने अनेक ग्रन्थों पर काम किया होगा या अनेकों की रचना  
 की होगी जिससे इन्हें व्यास उपाधि प्राप्त हो चुकी होगी क्योंकि हमारे समाज  
 के अन्दर जिस क्षेत्र से जो जुड़ जाता है और पारंगतता ॥ दक्षता ॥ प्राप्त करता  
 है उसे उस क्षेत्र के प्रथम ज्ञाता के अनुसन्धित्सु के नाम से अलंकृत किया जाता है  
 यह परम्परा आज भी है । ये सब अनुमानतः हैं क्योंकि भाष्यकार ने कहीं भी  
 अपने जीवन एवं समय के विषय में कुछ भी नहीं बताया है । जबकि जन्म , समय  
 बौद्ध धर्म की स्थापना के बाद का माना गया है । व्याख्याकारों एवं व्यास  
 भाष्य पर काम करने वालों ने मत प्रस्तुत करते हुये कहा है कि इस भाष्य के  
 अन्तर्गत बौद्ध विचारधारा की झलक अधिक मिलती है जिससे यह पता  
 चलता है कि यह बौद्ध विचारधारा एवं समाज तथा उनके शास्त्रों के ज्ञाता  
 रहे होंगे । कुछ भी कहा जाये इसके कर्त्ता के विषय में कुछ ज्ञात नहीं है ।



### तत्त्ववैशारदी

जैसा कि व्यास भाष्य के विषय में कहा गया है कि जितना कठिन सूत्रों को समझना था उतना ही व्यासभाष्य को जानना कठिन है । ऐसा इसलिए की यह एक पाण्डित्यपूर्ण व्याख्या केवल वैयाकरणीयों की बुद्धि तक ही सीमित रही है । इसी भाष्य पर आगे चलकर श्री वाचस्पति मिश्र ने एक टीका लिखी जो कि विस्तृत तो है परन्तु साथ ही सरल भी है । इसमें अनेक पुराणों के श्लोकों को लिपिबद्ध कर उदाहरण प्रस्तुत किये गये हैं । जिनकी भाषा अकिञ्चित् एवं सर्वसाधारण विद्वान की पहुँच तक जानी जा सकती है । इन्होंने जहाँ एक ओर व्यास भाष्य की कड़ियों को उद्घाटित किया वहीं उसमें अपनाये गये बौद्धमत के अनेक मतों को भी खण्डित किया है । इस विषय में एक उदाहरण है कि व्यास भाष्य जिस रज और तम के सर्वथा नाश होने पर सत्त्व की ही एक मात्र स्थिरता बताते हुये कहते हैं कि इस प्रकार के चित्त की दशा ज्ञान प्रसाद कहलाती है वहीं वाचस्पति मिश्र हृदय को छू लेने वाले शब्दों के माध्यम से कहते हैं कि जब सत्त्व गुण में रजोगुण का लेशमात्र भी अवशिष्ट नहीं रहता तो अर्थात् अभ्यास एवं धैर्याग्य की निर्मल धाराओं से रज और तम का आत्यन्तिक विनाश हो जाता है और केवल मात्र सत्त्व गुण ही अवशिष्ट रहता है इसी चित्त दशा का नाम ज्ञान प्रसाद है । इसी प्रकार एक अन्य सूत्र की व्याख्या करते हुये लिखते हैं कि केवल "स्वरूप का साक्षात्कार कराने वाली प्रज्ञा आभोग है " इसे केवल विवर्तक के अर्थ आभोग से नहीं जाना जा सकता ।

पात०योग सूत्र पा० १, सू० १९

स्वरूपसाक्षात्कारवती प्रज्ञा आभोगः ॥ - १/१७



आगे चलकर द्वितीयपाद के नौवें सूत्र जिसकी व्याख्या को व्यास भाष्य ने त्याग दिया उसी पर प्रकाश डालते हुये लिखते हैं कि यह स्वाभाविक है न कि आगन्तुक ।<sup>x</sup>

इस प्रकार शब्दों को तोड़ कर जिस साधारण शब्दों को चुनकर वैशारदी की माला पिरोई है वह सत्य ही साधारण से विद्वान के लिए भी उपयोगी है । इस तरह के अनेक सूत्र द्रष्टव्य हैं ।

इनके जन्म समय का ज्ञान कराते हुये विद्वान लिखते हैं कि यह दार्शनिक जगत् के महान स्तम्भर रहे इन्होंने द्वादश दर्शन पर काम किया था जिससे इन्हें द्वादश दर्शन केसरी कहा जाने लगा । आज भी दार्शनिक जगत् इन्हें इसी उपाधि से नमन करता है । इनके जन्म के समय का ज्ञान हमें नहीं है ।

### राजमार्त्तण्ड योग ॥ भोजवृत्ति ॥

भारत के प्रसिद्ध धारा नगरी के अन्तर्गत परमार वंशीय महाराज भोज विद्या अनुरागी थे केवल वह ही ऐसे नहीं थे अपितु उनकी नगरी का ब्राह्मण से लेकर शूद्र वर्ग तक सभी शिक्षित थे और सबके सब लगभग व्याकरण का ज्ञान रखने वाले विद्वान माने जाते थे जिनके लिए एक उक्ति प्रसिद्ध है कि एक बार राजा ने किसी लकड़ियों का भगर उठाये व्यक्ति से पूछा भारं बाधौ भृत्यः तो भृत्य ने कहा भगरं न अपितु भारेन बाध्यते भृत्यम् । इस तरह से पता चलता है कि तत्काल समाज विद्वान था और सबको लगभग अक्षर ज्ञान था यह एक

स्वरसवाही = स्वरसेन वासनारूपेण वहनशीलः नपुनरागन्तुकः ॥ 2/9



संस्कृत भाषा के प्रचार प्रसार तक अपितु राजकार्य में भी इसके प्रयोग को लाया जाने वाला स्वर्णिम युग था ।

इन्हीं महाराज भोज ने तीन ग्रन्थों की रचना की ये थे -  
सरस्वती कण्ठाभरण § व्याकरण § राजमृगाङ्क वैद्यक ग्रन्थ एवं राजमार्त्तण्ड  
वृत्ति योग सूत्रों पर लिखी गयी वृत्ति ।

राजा मार्त्तण्ड को ही भोज वृत्ति भी कहते हैं यह वृत्ति सुगम सरल एवं व्याकरण शास्त्र की मान मर्यादाओं को समुचित ध्यान में रखकर लिखी गयी वृत्ति है तथा प्रत्येक वृत्ति के अन्तिम पाद में सक्षेप से सम्पूर्ण पाद को किस कार्य के लिए प्रयोग में लाया गया है वर्णन प्रस्तुत कर समझाया गया है । यह वृत्ति भी व्यास भाष्य जैसी तो नहीं है अपितु बोध करवाने में उससे कहीं अधिक सरल एवं सुबोध देने वाली है ।

इस वृत्ति की विशेषता यह रही कि शेष व्यास भाष्य पर लिखी गयी जब यह एक स्वतन्त्र वृत्ति रही जिसका अनुमोदन प्रसिद्ध इतिहासज्ञ डा० दास गुप्त ने भी कहा है ।<sup>1</sup> योग के क्षेत्र में भोज देव प्रयाप्त माने जाते थे जैसे कि योग चिन्तामणि में लिखा है जो व्यास एवं वाचस्पति ने पातंजल योग सूत्रों पर भाष्य लिखे उनका निर्णय करने भोजदेव भी प्रामाणिक है । इनका समय 1075 से 1110 तक रहा । यह व्यास वाचस्पति भोजदेवः पातंजलीय निरणयि तत्त्वम् ।





## योगवार्त्तिक

योगवार्त्तिक के रचायता प्रसिद्ध दार्शनिक विज्ञान भिक्षु 'माने जाते हैं' इन्होंने ने व्यास भाष्य पर यह टीका लिखी थी। जैसे वाचस्पति ने व्यास भाष्य को खोलने का प्रयास किया वैसे ही ओर भी अधिक सरलता लाने के प्रयास में विज्ञान भिक्षु ने भी तत्पर होकर संकल्प चित्त से योगवार्त्तिक लिखी जो कि एक प्रामाणिक वृत्ति मानी जाती है। विज्ञान भिक्षु का 'योग वार्त्तिक भाष्य के विवेचन में ही कृतकार्य नहीं है, अपितु तत्त्ववैशारदी के व्याख्यानो की भी समुचित आलोचना करता है।

विज्ञान भिक्षु जी के विषय में माना जाता है कि यह योग एवं सांख्य के सिद्धान्तों के मार्मिक हृदयावर्जक व्याख्याता रहे हैं। भिक्षु जी ने 'योग सार संग्रह' नामक योग सूत्रों के व्यास भाष्य पर ही एक स्वतन्त्र ग्रन्थ की रचना की जिसमें योग के सिद्धान्तों का सारांश उपस्थित है। इनका समय इतिहासज्ञों के अनुसार 16वीं शताब्दी माना गया है।

इन सबके अतिरिक्त कुछ ओर भी वृत्तियों के विषय में पता चलता है जैसे कि भावगणेश जी वृत्ति रामानन्द जी की मणिप्रभा। इनके अतिरिक्त अनन्त पण्डित की 'योग चन्द्रिका' सदा शिवेन्द्र सरस्वती का 'योग सुधाकर', नागोजि भट्ट द्वारा छाया वृत्ति जिसमें 'लघ्वी' एवं 'बृहती' वृत्तियां लोकप्रिय हैं।



मणि प्रभा एवं योग सुधाकर योगनिष्ठ पुरुषों द्वारा लिखी गयी हैं जिनमें उन विद्वानों के अपने अनुभवों का भी समुचित प्रतिपादन है जिससे योगसूत्रों के अर्थ को जानने में सरलता आ जाती है अर्थात् सूत्र के अर्थ समझने में अत्यन्त उपादेय है । इस श्रुति § 20वीं § के प्रसिद्ध विद्वान् सांख्ययोगचार्य श्री हरिहरानन्द आख्य ने भाष्य पर 'भास्वती' नामक टीका लिखी है । इस प्रकार पातंजल दर्शन पर इतना ही साहित्य उपलब्ध एवं प्रसिद्ध है ।

xxxxx

xxx

x



तृतीय अध्याय

पातंजलयोग के प्रमुख प्रतिपाद्य विषय

(

## पातंजलयोग के प्रमुख प्रतिपाद्य विषय

### योग एवं समाधि

जैसा कि सुस्पष्ट किया जा चुका है कि योग शब्द अनेकार्थक है। जैसे  
 यः + अगः = योगः पर्वत इत्यादि इत्यादि = परन्तु योग दर्शन में योग शब्द  
 का अध्यात्मपरक पारप्रेक्ष्य में लाया गया है। सुस्पष्ट अर्थ प्राप्त होता है  
 जिसे समाधि अर्थ में जैसे - युञ् धातो ण् प्रत्यय आत्मनेपद में इस धातु से  
 योग शब्द की उत्पत्ति ॥ निष्पत्ति ॥ सकल सिद्धि होती है। समाधि  
 का अर्थ है <sup>सकल</sup> विक्षेपों को हटाकर चित्त का एकाग्र होने को समाधि कहते हैं।

जिस अवस्था में ध्याता, ध्यान एवं ध्येय तीनों एक हो जाते हैं। और  
 योगी मानो अपने आकार से शून्य हो जाता है और ध्येय वस्तु का आकार  
 ग्रहण कर लेता है वही वास्तविक समाधि होती है।

इस प्रकार की समाधि एक ऐसी समाधि है, जिसे योगी प्राप्त करने के  
 लक्ष्य से योग साधना करते हैं। इसे प्राप्त करने के बाद जीवात्मा परमात्मा  
 में परिणित हो जाता है और योगी सर्वज्ञ की संज्ञा को प्राप्त होता है।  
 तब ऐसी अवस्था में उसे जो धर्म, बुद्धि के परिणित होने वाले धर्म योगी अपने  
 मानता था, तब ऐसे धर्म समाप्त हो जाते हैं और योगी हंस जैसा बन जाता  
 है अर्थात् "मैं वह हूँ और वो मैं हूँ" की सत्ता को प्राप्त होता है।

1. सम्यगाधीयते एकाग्रीक्रियते विक्षेपान् परिहृता मनोयत्र सः समाधिः ।  
 - वाचस्पति ।





उसे न तो संसार के दुःख ही उद्देहित कर पाते है और न हीं सुख ही उसे प्राप्त होते हैं वह दोनों के मध्य में निवास करता है और दोनों को समान ही मानता है । दोनों के उद्गम होने का स्थान एक ही मानता है अर्थ कर्म ही मानने लगता है । जैसे कि गीता में भी मिलता है कि -

“श्री भगवान बोले - ” है प्रथापुत्र अर्जुन । जब वाणी में भी घुसी हुई सभी कामनाओं को गुरुष भोलाभांति त्याग देता है और आत्मा द्वारा आत्मा में संतुष्ट होता है, उस समय वह स्थित प्रज्ञ कहलाता है ।”<sup>1</sup> उसी को आत्मराम भी कहते हैं तथा यही अचल समर्पण का अर्थ भी है । इसी समर्पण को महर्षि पतंजली जी ने दो भागों में विभार्जित किया है।<sup>2</sup> योग चित्त के वृत्तियों के निरोध को कहते हैं<sup>3</sup> । इसे सम्प्रज्ञात योग कहते हैं<sup>4</sup> । एवं उन शेष वृत्तियों के विरोध होने पर जब शेष वृत्तियों का भी निरोध हो जाता है,<sup>5</sup> तब उस को असम्प्रज्ञात समर्पण कहते हैं<sup>6</sup> । अर्थात् सम्प्रज्ञात समर्पण में विवेकजन्य पुरुष अन्यता ख्याति रहती है अर्थात् ध्याता और ध्येय के बीच थोड़ी सी दूरी रहती है । केवल मात्र ध्याता को ध्येय का ज्ञान सा होता है प्राप्त नहीं होती है । तभी इसे सम्प्रज्ञात समर्पण कहते हैं ।

1. श्री भगवानुवाच -  
प्रमदार्ति यदा कामान् सर्वान् पार्थ मनोगतान् ।  
आत्मन्येवात्मना तुष्टः स्थित प्रज्ञस्तदोच्यते ॥ गीता - 2/55
2. योगश्चित्तवृत्ति निरोधः ॥ - पातंजलयोगदर्शनम् - 1/2
- 3- लक्ष्यमपि निरोधे सर्वं निरोधस्तच्च निर्वर्जितम् ॥ वही १/५१



असम्प्रज्ञात् समार्धि विशेष, - योगी विशेष की उस अवस्था का नाम या ज्ञान है जिसमें ध्याता ध्येय एवं ध्यान एकाकार हो जाते हैं। गीता की तरह "आत्मा में आत्मा की संतुष्टि का नाम है अर्थात् योगी आत्मारामित हो जाता है। सम्प्रज्ञात् में जबकि वृत्तियों का सूक्ष्मतर संस्कार ज्ञान रहता है जबकि असम्प्रज्ञात् में वृत्तियों का अशेष संस्कार ज्ञान किञ्चित् मात्र भी नहीं रहता है और योगी को परम दुर्लभ अभेदात्मक आत्म ज्ञान की प्राप्ति हो जाती है।

### सम्प्रज्ञात समार्धि

सम्प्रज्ञात समार्धि का अर्थ है सम् उपसर्गपूर्वक ज्ञान होना है अर्थात् सम्यक् रूपेण पूर्ण ज्ञान न होना है।

योग के दो भेद बताये गये हैं एक सम्प्रज्ञात् द्वितीय असम्प्रज्ञात्। इन दोनों भेदों का रहस्य जानने के लिए कुछ लौकिक उदाहरण बहुत ही सुन्दर एवं आकर्षक लगते हैं। जैसे ज्योति का उदाहरण। जिसमें घी और बाती ॥ रूई ॥ काम करते हैं और आहिस्ता-आहिस्ता रूई के साथ घी जलने लगता है, उन दोनों के संयोग से अग्नि अपना काम करती हुई प्रज्ज्वलित रहती है, परन्तु कुछ कालानन्तर जब घी अर्थात् रूई में भी व्याप्त घी की सत्ता समाप्त हो जाती है, तब वह रूई में लगी हुई आग शनैः शनैः बुझ जाती है और शान्त हो जाती है। ऐसे ही योग प्रक्रिया में भी होता है। चित्त वृत्ति की भी ऐसी ही स्थिति होती है। चित्त में स्थूल से लेकर सूक्ष्मतर पर्यन्त अनेक वृत्तियों का



सदभाव बना रहता है । जब चित्त किसी एक वस्तु के ध्यान में लगाया जाता है, तब शेष वृत्तियाँ क्षीण होकर उसी एक वृत्ति को ध्यान में प्रबल तथा दृढ़ बनाती हैं । तथा ऐसी स्थिति में वही एक वृत्ति मुख्य रहती है और ध्यान के प्रकर्ष से "प्रज्ञा" कहलाती है । जिसे पतंजलि जी ने भी कहा है कि "ऐसी ही अवस्था में जो प्रज्ञा उत्पन्न होती है उसे अतम्बरा कहते हैं" । समाधि वास्तव में दो वस्तुओं के ध्यान के समान है । जैसे आग दो अरण्याँ के मन्थन का परिणाम है । जब आग अपने स्थूल आकार को ग्रहण करती है, वह बड़े-बड़े जंगलों को नष्ट करके रख देती है, ऐसे ही जब ध्यान में वृत्ति प्रबल होती हुई प्रज्ञा का रूप धारण कर लेती है, तब उस अवस्था में शेष वृत्तियों का भी आग से भस्म हुये जंगलों के समान वृत्तियों का नाश कर देती है और शेष रहता है उनका परिणाम भस्म, अर्थात् वृत्तियों के संस्कार को भी नाश करती हुई शान्त होती है । परन्तु जैसे इन्धन के जल जाने या ज्योति से घी जल जाने के बाद भी रुई जलती है स्वयं प्रद्योतित रहती है परन्तु अन्ततोगत्वा अपने ही आप उपशान्त हो जाती है ।

जिस समय चित्त अन्य वृत्तियों के उपक्षीण होने पर एकाग्र चित्त होकर एकाग्र भूमि में एक वस्तु के ॥ एक तत्त्व के ॥ ध्यान में लगा रहता है, तब उसे उस समय सम्प्रज्ञात् ॥ सम् + प्रज्ञा + त ॥ समाधि प्राप्त होती है । इसी का फल प्रज्ञा का उदय माना गया है । यही प्रज्ञा जब सदभूत अर्थ को प्रद्योतित करती है अर्थात् वास्तविक सत्य को प्रद्योतित (प्रकाशित) करती है एवं आत्मदर्शन तथा समस्त क्लेशों का नाश भी करती है तथा अविद्यादि पाचों कर्म बन्धनों को शिथिल ॥ ढीला ॥ करती हुई निरोधामि मुख आसन करती है ।

असंयुक्त ही कहते हैं ।  
 प्रज्ञा विमोक्षकम् ।  
 यस्तु चेत्तसि समुद्भूतमर्थं प्रद्योतयति, क्षिणोति च क्लेशान्,  
 कर्मबन्धनानि शथलयति, निरोधाभिमुखं करोति तत्सम्प्रज्ञात योग इत्याख्यायते ।



प्रज्ञा जबकि स्वयं एक वृत्ति है और केवल क्लेशों का नाश एवं अविद्यादि संस्कारों को दूना करती है, सम्पूर्णता नाश कर पाने में असमर्थ है, जिसके कारण इसे सम्प्रज्ञात की संज्ञा दी गयी है। जब प्रज्ञा का भी निरोध हो जाता है और शेष संस्कार भी दग्ध हो जाते हैं तब<sup>3</sup> निरुद्ध योग अर्थात् असम्प्रज्ञात् योग कहते हैं। यही पूर्णयोग की सिद्धि है। इसीलिए योग के प्रथम तीनों सूत्रों में दो समाधियों का ज्ञान स्वयं ही अर्थ से हो जाता है जिसमें "योग चित्त वृत्तियों के निरोध को कहते हैं" <sup>1</sup> और निरोध होने का फल है "द्रष्टा का दृश्य में अवकाश" <sup>2</sup> जिन्हें अवकाश नहीं मिलता उसका कारण है "वृत्तियों के संस्कारों का बने रहना" <sup>3</sup> दूसरों की है। अर्थात् यहां द्रष्टा दर्शन एवं दृश्य तीनों कोटियां एकाकार हो जाती हैं और यहां स्वरूप शून्य हो जाता है। उसे असम्प्रज्ञात योग कहते हैं। जिसमें वृत्तियों के संस्कार मात्र शेष रह जाते हैं उसे सम्प्रज्ञात् कहते हैं।

### सम्प्रज्ञात् योग

इन दोनों में विशेष सम्प्रज्ञात् योग चार प्रकार है -

1. धितकनिगुत, विचारानुगत, आनन्दानुगत और अस्मितानुगत <sup>4</sup>

इसे सापेक्ष भी कहा जा सकता है, यह स्थूल से सूक्ष्म की<sup>5</sup> चलती है परन्तु मुख्यतया यह स्थूल विषयों पर से ही होकर आगे सूक्ष्म की ओर प्रस्थान करता हुआ सम्प्रज्ञान करवाता है। जिसके कारण इसे सापेक्ष माना गया है।

- 
1. योगश्चित्त वृत्ति निरोधः - पातंजलयोगदर्शनम् - 1/1
  2. तदा द्रष्टु स्वरूपेऽवस्थानम् - वही - 1/2
  3. वृत्तिसारूप्यमितरत्र - वही - 1/3
  4. धितर्कविचारानन्दास्मितानुममात् सम्प्रज्ञातः ॥ - वही - 1/17





वितर्क चित्त की उस दशा का नाम है, जिसमें <sup>21, 21</sup>को वस्तु का शब्दार्थ और ज्ञान होता है/जहाँ ये तीनों प्राप्त होते हैं, उसे ही वितर्क कहते हैं।<sup>1</sup> इसमें गौ नाम शब्द इसका अर्थ एवं वस्तु विशेष समझ रहते हैं अर्थात् गौ का आकार भी रहता है। जिससे पता चलता है कि अमुक विशेष को गौ कहते हैं और गौ का अर्थ अमुक है। इन तीनों कोटियों की समाप्ति ही वितर्क ज्ञान का बोध कराती है।

यही भाव जब समाधि अवस्था में अग्रतर योगी के चित्त में रहते हैं तब शैः- शैः वे भाव सूक्ष्म रूप ग्रहण करते हैं। जब रूप रंग आकार बाह्य सापेक्ष होता है, तब उसी शब्दार्थों<sup>2</sup>लेखपूर्वक जो महाभूतादि अवयवी की भावना की जाती है, वह सवितर्क योग होता है। यहाँ वितर्क में तीनों कोटियों का ज्ञान भिन्न होकर प्राप्त हुआ था, सवितर्क में उन तीनों कोटियों की समाप्ति एकत्रित हुई एकतान हुई संविलत रूप से विद्यमान रहती है। अतः वस्तु के जिस चिन्तन में तीनों उपस्थित रहते हैं वह सवितर्क समाधि होती है। तत्पश्चात् जब शब्द शून्य होने के अर्थ मात्र की भावना की जाती है, उसे निर्वितर्क समाधि कहते हैं। निर्वितर्क विशेषता यह है कि इसे शब्दार्थ एवं ज्ञान शून्य हो जाता है, केवल अर्थ रहता है।

1. वितर्क चित्त स्यालम्बने स्थूल आभोगः। - व्यासभाष्य



## विचारानुगत समाधि

'चित्त के द्वारा सूक्ष्म आभोग ही विचार है'। स्थूल विषयक समाधि वशीकृत होने पर, उस समाधि के अनुभव के साथ विचार विशेष से सूक्ष्मतत्त्व का सम्प्रज्ञान होता है। यही सविचार सम्प्रज्ञात है। शब्द की सहायता के बिना विचार नहीं होता है और यदि सूक्ष्म दृष्टि से देखा जाये, तो पता चलता है कि यह भी तीनों कोटियों शब्द-अर्थ और ज्ञान के विकल्प से किसी न किसी प्रकार से अनुविद्ध है, परन्तु इसमें स्थूल के स्थान पर सूक्ष्मता को ग्रहण किया जाता है। चित्तगत ध्यान का लीन अवस्था में विचार विशेष इसका विशेष लक्षण होता है। इसे वितर्क विकल भी कहते हैं क्योंकि यह वितर्क रूप अंग से हीन होता है। सूक्ष्मता ग्राह्य एवं ग्रहण समाधि के विषय हैं। विचारपूर्वक सूक्ष्म ध्येय के प्राप्त होने के कारण स्वरूप इसे सविचार भी कहते हैं। संक्षिप्तरूपेण "यहां तन्मात्र आदि सूक्ष्म आलम्बन को ग्रहण कर भावना की जाती है, उसे सविचार समाधि और जहां देश काल और धर्म का परित्याग करके केवल सूक्ष्म धर्म की भावना की जाती है, वह निर्विचार समाधि कहलाती है। ग्राह्य विषयक होने से इसका नाम "ग्राह्य समाधि" है।<sup>2</sup> विकृति से प्रकृति में जिस विचार से जाया जाता है वह यही निर्विचार है, तथा हेय, हेय-हेतु, हान, हानोपाय इन सब विषयों का ज्ञान जिस समाधि के द्वारा सूक्ष्मतर होता है वह भी यही निर्विचार समाधि मानी गई है। जबकि तत्त्व और योग विषयक सूक्ष्म भाव इस प्रकार के विचार के द्वारा उपलब्ध होते हैं, अतः सूक्ष्मविषयक समाधि का नाम विचारानुगत समाधि है।

1.

सूक्ष्मो विचारः । - व्यासभाष्य - पाण्ड्यो ० सू० - १७

2.

भारतीय दर्शन । आचार्य बलदेव उपाध्याय , पृ० - २९९



## आनन्दानुगत

"आनन्दानुगत का अर्थ है हलाद - अन्तःकरण में प्रसाद चित्त का सुखमय होकर समर्पि विषे की ओर अग्रसर होना, दौड़ना जैसे कोई नई नवेली दुल्हन मायके जाने के लिए तैयार होती है और जैसे - जैसे नजदीक पहुँचती है, अत्यधिक आनन्दित होती है। ऐसे ही चित्त और विचार को जब समर्पि के धर्म पीछे छोड़ देते हैं तब उसे सुखमय आनन्द समर्पि का सम्प्रज्ञान होने लगता है। यह शुद्ध होती है इसमें रज और तम दोनों दब जाते हैं और सार्विक अहंकार उत्पन्न होता है। "सार्विक अहंकार से उत्पन्न होने के कारण स्वरूप इन्द्रिया सुखात्मक होती हैं।" अतः वह स्थूल और सूक्ष्म भूत विषयक नहीं है। स्थिरता विषे से उत्पन्न, चित्तार्दि करणों में व्याप्त, सार्विक सुखमय भाव विषे इस समर्पि का आलम्बन होता है। अतः वह ज्ञानेन्द्रिय कमेन्द्रिय एवं प्राणों का अर्धितान स्वरूप होता है। अतः वह आनन्द सम्पूर्ण शरीर का सार्विक स्थैर्य का स्वामार्विक बोध स्वरूप है, फलतः आनन्द समर्पि वस्तुतः करणविषयक या ग्रहण विषयक है। अतः इस आनन्दानुगत समर्पि अवस्था को प्राप्त योगी करणसमूहों का साक्षात्कार करके उन्हें प्राणायामादि क्रियाओं के माध्यम से सदा-सदा शान्त करने में प्रयत्नशील रहते हैं। प्राणायाम विषे के द्वारा या नाडीयज्ञ रूप शारीरिक मर्म स्थान के ध्यान से शरीर के सुस्थिर होने पर शरीर में व्याप्त जिस सुख का अनुभव होता है केवल उसी के सहारे ध्यान करते - करते आनन्दमय करण प्रसाद रूप भाव की प्राप्ति होती है। (यही आनन्द समर्पि का साधन भी है। इसे ग्रहण समापत्ति भी कहते हैं।)



अस्मितानुगत

"स्फाटिका-द्रष्टा और दृश्य का एकात्मिका आत्मज्ञान जो कि संविदमात्र है, वही अस्मितानुगत सम्प्रज्ञात है ।<sup>1</sup> इन्द्रियां अस्मिता से उत्पन्न होती हैं अतः कारण होने के परिणाम स्वरूप अस्मित बुद्धि इन्द्रियो से नितान्त सूक्ष्म है । चित्त पर प्रतिबिम्ब पड़ने पर बुद्धि अस्मिता है । इसमें ऐसी बुद्धि अहं स्वरूप अभिमानात्म मानी गयी है । इसके कारण स्वरूप ही मनुष्य के धर्मों का बुद्धि अपना धर्म मानने लगती है । अतः इस बुद्धि की भावना करने पर सास्मिता समाधि का प्रादुर्भाव होता है । बुद्धि में ग्रहीता पुरुष के अन्तर्भाव होने से यह सम्प्रज्ञात् समाधि ग्रहीतृ विषयक मानी जाती है । इसी के कारण स्वरूप अर्थात् सास्मिता समाधि श्रमैः श्रमैः अग्रसर जब होती है, तब सास्मिता धर्म समाप्त होने लगता है और अहंकार के धर्मों को त्यागने लगती है और आत्मबोध की गुत्थी को सुलझाने में अग्रसर होती जिससे उसे यह बोध हो जाता है कि जिसे मैं अपना धर्म मानती थी, वह नितान्त शरीर, मन एवं अहंकार से भिन्न है वही अस्मितानुगत समाधि है ।

महर्षि पतञ्जली जी के अनुसार चित्कर्मादिभेद एवं व्याख्या

चित्त की जो सवितर्कविद समापत्ति है, उसका स्वरूप और विषय बताते हुये लिखते हैं कि जैसे "शुद्ध स्फटिक मणि जिस प्रकार आश्रयों से विभिन्न रूपों को प्राप्त करती है । वैसे ही क्षीण वृत्ति चित्त की उसी प्रकार ग्रहीता ग्रहण एवं ग्राह्य में जो तत्स्थितता और तदमनता होती है, वही समापत्ति है<sup>2</sup> ।

1. एकात्मिकासंविदस्मिता ।। - व्यास भाष्य<sup>२५१/१७</sup>, अस्मिन् बलदेव उपनिषत्स्य
2. क्षीणवृत्तेर्भिजातस्य धमणी ग्रहीताग्रहणग्राहयेष्टु तत्स्थितदज्जनत समापत्तिः ।।





महर्षि पातञ्जली लिखते हैं कि शब्द अर्थ और ज्ञान के विकल्प से संकीर्ण विवर्तक है, और मिश्रित सविर्तक समापत्ति है ।<sup>1</sup>

यहां गौ यह शब्द है , गौ यह अर्थ है और गौ यह ज्ञान है ऐसी तीनों कोटियों का भिन्न भिन्न ज्ञान स्थूल ज्ञान विवर्तक है और एक साथ मिश्रित ज्ञान सविवर्तक है । जबकि विवर्तक के ज्ञान में रहने वाले भिन्न-भिन्न धर्म समाप्त होकर शब्दार्थ ज्ञान को संकलित कर एक साथ एकत्र कर ग्रहण कर लेते हैं, उसे सविवर्तक समापत्ति कहते हैं ।

सविवर्तक के अनन्तर योगी को निर्विवर्तक समापत्ति होती है ।

निर्विवर्तकी समापत्ति में योगी की स्मृति परिशुद्ध हो जाती है , शब्द को त्याग कर केवल अर्थमात्र का ही ग्रहण करने लगता है और स्वरूप से भी शून्य हो जाता है जबकि वास्तव में देखें, तो शब्द और स्वरूप तो विद्यमान होते हैं, परन्तु उनको दबा कर अर्थमात्र के चिन्तन में योगी का चित्त स्थित होता है, जिससे "स्मृति परिशुद्ध होने पर स्वरूप शून्य जैसी अर्थमात्र निर्भासा समापत्ति निर्विवर्तकी होती है " ।<sup>2</sup>

इसी प्रकार से सविवर्तक का भी सूक्ष्म ज्ञान मात्र सविचार कहलाता है और निर्विवर्तक का भी सूक्ष्म रूप जब चित्त प्राप्त कर लेता है तब निर्विचार मानी गई है ।<sup>3</sup>

1. शब्दार्थ ज्ञान विकल्पैः संकीर्ण सविवर्तक समापत्तिः ॥ -पातञ्जलयोगदर्शनम्  
एवं व्यासभाष्य  
1/42

2. स्मृति परिशुद्धौ स्वरूपशून्येवार्थमात्रनिर्भासा निर्विवर्तका ॥ -व्यासभाष्य, 1/46

3. एतयैव सविचारानिर्विचारा च सूक्ष्मविद्या व्याख्याता ॥ -वही-1/44



सूक्ष्म के विषय में भी लिखते हैं कि "सूक्ष्म ज्ञान अलिंग पर्यन्त अर्थात् आत्मा पर्यन्त है" ।<sup>1</sup> ऐसा मानना चाहिये जैसे पञ्चमहाभूतों गन्ध तन्मात्र पार्थिव अणु का , रस तन्मात्र जलीय अणु का , रूप तन्मात्र तेजस का , स्पर्श तन्मात्र वायवीय अणु का एवं शब्द तन्मात्र आकाश का सूक्ष्म विषय है ।  
 वैसे ही इन पांचों का अहंकार तन्मात्र है, अहंकार व्यक्त बुद्धि का तन्मात्र है अर्थात् लिंग मात्र अहंकार का सूक्ष्म विषय है और लिंग मात्र का सूक्ष्म विषय अलिंग है, इससे परे कोई सूक्ष्म ज्ञान नहीं है ।

इसी तरह से स्थूल से सूक्ष्म एवं सूक्ष्म से भी सूक्ष्मतम ज्ञान आत्म ज्ञान पर्यन्त माना गया है यही योग का विषय है । यहां ऐसा ज्ञान रहता है "उसे ही सबीज या सर्विकल्प समाधि भी कहते हैं" ।<sup>2</sup>

### असम्प्रज्ञात समाधि

इस विषय में कहते हैं कि यह शुद्ध विचारों की रगड़ से उत्पन्न होती है । जैसे अरण्यांशुओं के मन्थन से आग उत्पन्न होती है वैसे ही सर्विचार निर्विचार की पारंगतता की रगड़ से अध्यात्म प्रसाद होता है, जैसे कि - "निर्विचार विचारों से रहित समाधि भूत का वैशारथ्य ज्ञान होने से अध्यात्म प्रसाद होता है" ।<sup>3</sup>  
 और "उस अवस्था में जो प्रज्ञा उत्पन्न होती है, उसे अतम्बरा कहते हैं" ।<sup>4</sup>

- 
1. सूक्ष्मविषयत्वं चालिङ्ग. गपर्यवसानम् ।। - व्यासभाष्य - 1/45
  2. ता एवं सबीजः समाधिः । - वही - 1/46
  3. निर्विचार तै शारथे 5 अध्यात्मप्रसादः ।। - वही - 1/47
  4. अतम्बरा तत्त प्रज्ञा ।। - वही - 1/48



ऋतम्बरा त्रिकाल में यथावत् सत्यभूत ध्याय ज्ञान कराने वाली बुद्धि का नाम है ॥ निश्चयात्मक अध्यवसायात्मक बुद्धिः ॥ वाली और यह वेदादि श्रवण पठन एवं मनन से तथा अनुमान से भी विशेषतया अन्य सूक्ष्म ज्ञानाभिर्वर्द्धिनी मानी गयी है ।<sup>1</sup> यह दोनों सम्प्रज्ञान समाधि के सुखात्मक संस्कारों को दबाकर उपर उठते हैं । निरोध समाधि के व्युत्थान संस्कार हैं । इन्हीं से पूर्व स्थित अविद्यामूलक सूक्ष्मतर सम्प्रज्ञात समाधि के संस्कार दग्ध हो जाते हैं और सम्प्रज्ञात इनके साथ निरोधाभिमुखी होती हुई बाह्य क्रियात्मक सूक्ष्मतर संस्कारों को भी रोक देती है और तदनन्तर अन्दर के स्वरूप शून्य संस्कार भी दग्ध हो जाते हैं । उदाहरण स्वरूप जैसे इन्धन की भट्टी जब जलाई जाती है तो पहले वह खुली होती तदनन्तर क्रम से शमैः - शमैः ऊपर से लेकर नीचे तक बन्द कर दी जाती है और जलेईया उसे लौकिक कृत्य के अनुसार खोलकर अपना काम लेता रहता है, परन्तु यदि उसे न खोला जाय तो ऐसा देखा गया है कि उसमें कोयला न बनकर भस्म होती है । क्योंकि उसमें लौकिकता का सम्बन्ध नहीं रहता, हवा भी स्पर्श नहीं कर पाती है और वह बन्द रहने पर अपनी अन्दर की अग्नि से इन्धन को दग्ध करती है । ऐसे ही सम्प्रज्ञान के बाद "उत्पन्न अध्यात्म प्रसाद एवं ऋतम्बरा प्रज्ञा सम्प्रज्ञान के संस्कारों को बाह्य से आने वाले संस्कारों को रोक देते हैं" <sup>2</sup> जो कि अत्यन्त सूक्ष्म रूप में भी रहते हैं उन्हें भी दग्ध कर देते हैं, तब सम्पूर्ण योग की उत्पत्ति होती है, जिसे असम्प्रज्ञात

1. श्रुतानुमानप्रज्ञाभ्यामन्य क्रियाविशेषार्थतत्त्वाद् । - व्यासभाष्य - 1/41

2. तप्तः संस्कारोऽन्यसंस्कार प्रतिबन्धी ॥ - वही - 1/50



समर्पण कहते हैं । इसीलिए इसे योगचित्त वृत्तियों का विरोध न होकर सम्पूर्ण अशेष चित्त वृत्तियों के निरोध को ही निर्वीजसमर्पण या असम्प्रज्ञात योग कहते हैं ।<sup>1</sup>

असम्प्रज्ञात भी दो प्रकार की मानी गई है । भव प्रत्यय-युक्त एवं उपाय प्रत्यय । 'भव प्रत्यय के विषय में ग्रन्थकार ने कहा है कि ये विदेह - देवता विशेष एवं प्रकृतिलान पुरुषों को प्राप्त होती है' ।<sup>2</sup> इन्हें मोक्ष प्राप्त नहीं होता और यह अष्ट प्रकृति में समर्पित होते हैं और समय-समय पर पुनः पुनः जन्म ग्रहण करते हैं। इनमें सत्वांश की अधिकता पायी जाती है परन्तु इन्हें मोक्ष प्राप्त नहीं होता । अतः इस प्रकार से इन भव प्रत्यय पूर्वक ही असम्प्रज्ञात योगी कहा जाता है । जबकि 'श्रद्धावीर्य स्मृति पूर्वक जो योग बल प्राप्त करते हैं, वे दूसरे विभु सत्वगुणी योगी होते हैं' ।<sup>3</sup> और वे संसार सागर को पार कर जाते हैं । ये उपाय प्रत्यय वाले योगी जन्म मरण के बन्धन को काट कर परमशान्त ब्रह्मपद को प्राप्त होते हैं । जैसा कि गीता में भी कहा गया है कि सदा श्रद्धावान एवं विजितेन्द्रिय ज्ञान प्राप्त करते हैं और ज्ञान लाभ कर परम शान्त पद को प्राप्त करते हैं ।<sup>4</sup>

- 
1. तस्यार्पण निरोधे सर्वानरोधानि न विजःसमर्पणः ॥ - व्यासभाष्य - 1/51
  2. तस्यार्पण निरोधे सर्वानरोधानां । - पाठो योऽसू 1/19
  3. भव प्रत्ययो विदेह प्रकृतिलयानां । - वही - 1/20
  4. श्रद्धावीर्य स्मृति समर्पण प्रज्ञापूर्वक इतरेषाम् ॥ - वही - 1/20
- श्रद्धावांल्लभते ज्ञानं तत्परः संयतेन्द्रियः ।  
ज्ञानं लब्ध्वा परां शान्तिमचिरेणाधिगच्छति ॥ - गीता - 4/39





## योग एवं मनोविज्ञान

चित्त — योग स्वयं एक विज्ञान है जिसे 'चित्त' ॥ चित्तेर्भवः चित्तम् ॥ मन को केन्द्रित करने के कारण स्वरूप मनोविज्ञान भी कहा जाता है । प्रथमतः चित्त को जानने से पहले पातञ्जलयोगसूत्र का अध्ययन जरूरी हो जाता है यहां लिखा गया है कि योग की सिद्धि चित्त की वृत्तियों के निरोध से ही हो सकती है अन्यथा असम्भव है ।

यह सर्वविदित ही है कि शेष्वर सांख्य एवं पातञ्जल योग सूत्र में साम्यता है । जबकि निरीश्वर सांख्य में ईश्वर न होने को छोड़ शेष विधि भी योग समान ही है । उसी सांख्य दर्शन से पता चलता है कि त्रिगुणात्मिका प्रकृति का परिणाम महान् ॥ बुद्धि ॥ से अहंकार अहंकार से ऐन्द्रिय मन उत्पन्न होता है, जिसे त्रिगुण सत्त्व रज तम रूप अहंकार का परिणाम भी कहते हैं । इन्हीं तीनों धर्म एवं धर्मियों की सामूहिक संज्ञा तथा चित्त मिलाकर अन्तःकरण है । यहां इन्हें सामूहिक रूप से चित्त व्यास भाष्य अनुसार प्रख्याशील, प्रवृत्तिशील एवं स्थितिशील रूप से त्रिगुणात्मक है ।

सत्त्वगुण जहां अधिकतम भाव से व्याप्त रहे, उसे प्रख्याशील चित्त कहते हैं अर्थात् समत्त्व बुद्धि वाला चित्त प्रख्याशील होता है । इसी में धर्म मेघ समाधि उत्पन्न होती है । जैसा कि गीता में कहा गया है कि "प्रकृति और पुरुष ॥ शेष एवं शेषज्ञ ॥ का जब गूढ़ ज्ञान से ज्ञान हो जाता है भिन्न भिन्न दिशाई देने लगते हैं तब प्राणी प्रकृति से मुक्त होकर पुरुष केवल्य को प्राप्त होकर परम १. चित्तं हि प्रख्या प्रवृत्तिस्थितिशीलत्वात् त्रिगुणम् । - व्यासभाष्य, पा ०-१ सूक्त - 2



गति को प्राप्त कर लेता है ।<sup>1</sup> इसका केन्द्रनिश्चयात्मिका बुद्धि है ।

रजो गुण की अधिकता के कारण मन चञ्चल बना रहता है तथा

धर्म - अधर्म, ज्ञान - अज्ञान ऐश्वर्यनिश्वर्य एवं वैराग्यावैराग्य से जुड़ा रहता है, जिससे वह ऐच्छिक एवं काम्य कर्म में प्रवृत्त होता रहता है । चित्तस्थितिशील होता है ।

स्थितिशील चित्त तम की अधिकता से व्याप्त होता है तथा अधर्म अज्ञान, अनैश्वर्य एवं अवैराग्य में प्रवृत्त होता है और इसका केन्द्र तामसिक अहंकार होता है ।

यद्यपि इस प्रकार की प्रवृत्ति को समझना एवं जानना आज भी पहेली बना हुआ है, जबकि आज का वैज्ञानिक जिसे पढ़ता है, उसे खोज निकालता है, परन्तु चित्त की उन वृत्तियों को ठीक-ठोक समझना आज भी उतना ही दुष्कर बना हुआ है, जितना रोगों को जड़ से समाप्त कर पाना एवं सूर्य तक पहुँच पाना । क्या यह विषय इतना गम्भीर था कि इसे लक्ष्णों को देखने के पश्चात् व्याख्यान किया जाये ?

परन्तु ऐसा कदापि नहीं है - इसका ज्ञान हमें वेदाङ्ग पढ़ने से ही होता है, परन्तु केवल समझने की जरूरत है । वेदाङ्ग के अन्तर्गत ज्योतिष ज्ञान एक सत्य एवं अद्वितीय विज्ञान है, जो गर्भ धारण के समय ही बता देने में सामर्थ्य रखता था । आज इस तरह के अनुसन्धान न होने के कारण एवं देश पर आये दिन होने वाले आक्रमणों से होने वाली संस्कृति की हानि से यह विषय मात्र इतिहास बन कर रह गये हैं । ज्योतिष शास्त्र में कहा गया है कि अमुक समय एवं अमुक राशी एवं लग्न तथा नक्षत्र से अमुकामुक सत्त्व रज एवं तमो

1. क्षेत्र क्षेत्रयोरेवमन्तरं ज्ञानचक्षुषा ।

भूतप्रकृतिं मोक्षं च ये विदुर्यान्ति ते परम् ॥ - गी०, ३० - १३, श्लो०-३४



धर्मी सन्तानें उत्पन्न होती हैं।<sup>1</sup> जिसको विचारपूर्वक देखें तो कश्यप एवं दिति से उत्पन्न हिरण्याक्ष एवं हिरण्यकशिपु जैसी युगल सन्तानों का उत्पन्न होना उसी ज्यातिष काल गणना का अनुमोदन करती हुई स्पष्टतः दिखाई देती है। युगल सन्तानोत्पत्ति का एक मुख्य कारण सन्ध्या समय भी माना गया है। इन दोनों दानवों की उत्पत्ति तब हुई जब सांयकालीन सन्ध्या करने के समय भगवान कश्यप समाधिस्थ थे और दिति ने काम वासना की तृप्ति के लिए उन्हें उनकी समाधि भंग करने के लिए विवश किया और समय की अवहेलना का परिणाम बालकों की उत्पत्ति से पूर्व ही वर्णन करते हुये दिति को समझा बुझा दिया था कि आपने समय की अवहेलना कर अच्छा नहीं किया, अब आप इस काल के दुष्परिणामों को भोगने के लिए तत्पर रहिये।<sup>2</sup>

ज्योतिष बताता है कि नक्षत्रों की संख्या 28 होती है, लेकिन दशाअकलन में मुख्यतः 27 ही प्रयोग में लाये जाते हैं। जिन्हें क्रमशः सत्त्व, रज एवं तम गुण के अन्तर्गत विभाजित करके तीन गणों में विभाजित किया गया है। ये तीनों गण हैं देव, नर, और राक्षस। एक - एक गण में नौ नक्षत्र रेखांकित हैं। ये अश्विन्यादि नक्षत्रों से लेकर रेवती पर्यन्त है। उन्हीं में तीन गुणों का बृहत्पाराशरहोरा शास्त्र से ज्ञान होता है। अहंकार तीन प्रकार का है - सत्त्व, रज और तमो गुणी<sup>3</sup>।

1. दैवावैकारिका ज्जातास्तैजसादिन्द्रियाणि च ।

तामसश्चैकूतानि छादीनिस्त्वर्शक्तिभिः ॥

तमः शक्त्यान्वितोऽपिष्णुर्देवः संकर्षणार्भिः । - बृह० पा० उत्तरार्ध

प्रद्युम्नोरजसाशक्त्याऽनिरुद्धश्च सत्त्वयायुतः ॥ - बृह० पा० हो० शा०

सृष्ट्यादिक्रम - 13/14

2. श्रीमद्भागवत महापुराण स्कन्ध तृतीय अध्याय - 14

3. अहंकारस्मिन्धातुत्वा सर्वमेतद्विस्तारम् ।  
सात्त्विको रजसश्चैव तामसश्चैवैह कृतिः ॥ -

बृह० पा० हो० शा०, सृष्ट्यादिक्रम - 16



1. सत्त्वांश युक्त देवगण में - अश्विनी, मृगशिरा, पुनर्वसु, पुष्य, हस्त, स्वाति, अनुराधा, श्रवण एवं रेवती आते हैं।
2. रजोगुणीसमुद्भूत नरगण प्रधान नक्षत्र - भरणी, रोहिणी, आर्द्रा, पूषा, फाल्गुणी, उत्तराफाल्गुणी, पूर्वाषाढ़ा, उत्तराषाढ़ा, पूर्वाभाद्रपद एवं उत्तराभाद्रपद हैं।
3. तमो गुण से युक्त राक्षसगण प्रधान, कृत्तिका, अश्लेषा, मघा, चित्रा, विशाखा, ज्येष्ठा मूला, धनिष्ठा एवं श्रवणि नक्षत्र आते हैं। इनमें भी सत्त्वांश प्रधान - पुष्य

रजो गुणी नक्षत्रों में - रोहिणी

एवं तमो गुणी प्रधान मूला का अपना ही महत्व पढ़ने एवं सुनने को मिलता है। यद्यपि ये सिद्धान्त स्वयं अनुभव जन्य हैं तथा पढ़े तो नहीं गये लेकिन चिन्तन करने पर एवं पौराणिक आख्यानो के पढ़ने से पता चलता है कि इनमें उत्पन्न व्यक्ति कैसा मनोवृत्ति & चित्त वृत्ति & को हुये एवं होगा तथा ग्रहों के बलाबल के अनुसार कितना भाग्यशाली होगा तथा कार्य में कितना निपुण होगा यह सब सही सही ज्योतिष ज्ञान बता ही देता है। इन नक्षत्रों के अन्तर्गत ग्रहों के जुड़ जाने से अनन्त धर्मत्मक अनन्त सृष्टि बनती है। कहीं सत्त्वांश भी निर्बल हो जाते राक्षस से पराजित हो जाता है, तो कहीं सत्त्वांश बलवान होकर राक्षस गण पर विजय प्राप्त कर लेता है। परन्तु रजो गुण प्रधान इन दोनों से भिन्न है, यदि ग्रह भी बलवान हों, तब इस प्रकार से ज्योतिष के माध्यम योग साधना से पूर्व ही पता लगाकर मनुष्य की चित्त वृत्ति का ज्ञान कर लेने





में जितनी अधिक सकलता मिलती है शायद ही प्रख्याशील, प्रवृत्तिशील एवं स्थितिशील जैसे शब्दों के पढ़ने से प्राप्त हो सके । उसी में लिखा है कि "ऐसा आरब्धक भी होता है । अर्थात् पूर्व जन्म के कर्मानुसार ही जन्म मिलता है और भाग्य भी मिलता है । परन्तु उस भगवत्त्वयता को धर्म कर्म एवं ज्ञान से योगीजन परिवर्तनशील बना देते हैं और योग बल से उस पर विजय पताका लहरा देते हैं" । ऐसा हमें भगवान श्री राम श्री कृष्ण एवं भगवान परशुधारी परशुराम जी के प्रसिद्ध चरित्र के साथ ही साथ महर्षि वाल्मीकि जैसे अनेक मुमुक्षुओं के चरित्र का अध्ययन से पता चल जाता है । आज भी सप्रचरंजीवियों का सिद्धान्त शास्त्र सम्मत है । जैसे - अश्वत्थामा, बलि, व्यास , हनुमान , विभीषण, कृपाचार्य एवं भगवान परशुराम जी के विषय एवं उस श्लोक से पता चलता है <sup>2</sup> " जिसकी हम जन्मदिन के पूजन में पूजा के समय बोलते हुये स्तुति करते हैं । ये सब योगज्ञ एवं आत्मज्ञानी ही तो थे जिन्हें काल भी बाधित नहीं कर सकता । इतना ही नहीं बल्कि लंकापति रावण ने भी काल पर विजय पताका लहरा रखी थी केवल अन्तर इतनी ही था कि जहां वो ज्ञानी था वहीं अधर्मी भी था । पिता अधि एवं माता राक्षसी दोनों ही धर्मों के बीच फंसा हुआ होने से आत्मा का साक्षात्कार करने से चूकना पड़ा । परन्तु योगज्ञों में से कम नहीं था ।

1. नाभुक्तं क्षीयते कर्म कोटिशतैरपि । अवश्यमेव भोक्तव्यं कुतंकर्म शुभाशुभम् ॥  
देवे पुण्याकारे च कर्म सिद्धिर्व्यवस्थिता । तत्र दैवगतिभक्त पौरुषगौतरेणिकम्  
-होरारत्न उपोद्घात , श्लोक - 36 , 34
2. अश्वत्थामा बलिव्यासोहनुमानश्च विभीषणः कृपःपरशुरामश्च सप्तैते  
चिज्जीविनः ॥ जन्म दिनाशुभयोगे



इसलिए सन्यासियों से श्राप ग्रस्त जप विजय को जब दैत्यत्व प्राप्त हुआ तभी भगवान ने उन्हें क्रोधावेश रूपी एकाग्रता से पुनः प्रभु प्राप्ति का उपदेश किया ।<sup>1</sup> अतः एकाग्र भूमिकाचित्त वाले भी दानव हो सकते हैं ।

तमोभिभूत से चित्तवृत्ति एवं रजोऽभिभूत तमों वृत्ति प्रधान दुर्निग्रह मन को योगाभ्यास के द्वारा शिथिल करना अर्थात् स्थिर करना बहुत जरूरी है । योग तब तक प्राप्त नहीं होता जब तक तीनों गुणों से ऊपर न उठा जाये और सत्व, रज , एवं तमो गुणों से ऊपर उठकर विशुद्ध सत्व गुण को प्राप्त न किया जाये । क्योंकि सभी गुणों में न्यूनार्थिक रूप से आपसी तालमेल रहता है परन्तु विशुद्ध सत्व गुण सत्वातीत होता है इसी से तीनों गुण उत्पन्न होते हैं । जैसे उपनिषदों में कहा है - ईश्वर जब संकल्प लेता है कि मैं बहुत हो जाऊं तो जीव की उत्पत्ति होती है और उसी जीव से मन उत्पन्न होता है अर्थात् चित्त उत्पन्न होता है । जैसे काश्मीर वैश्वदर्शन में पञ्चकारित्व की शक्ति भगवान में स्वतः रहती है वैसे ही जीव की भी मानी गयी है । तदनुसार जीव परमात्मा का अंश माना गया है और प्रकृति भी उसी से उत्पन्न होती है और प्रलय काल में यह पुरुष में ४ जीव में ४ एवं जीव अजीव में समाहित हो जाता है । अर्थात् प्रकृति से परे पुरुष है और पुरुष से परे परम पुरुष का ज्ञान श्रुति एवं उपनिषदों के सार भूत गीता से चलता है<sup>2</sup> । अतः मन की उत्पत्ति जहाँ एक तरफ सांख्यवादी प्रकृति से मानते हैं वहीं योग वशिष्ठ इसे जीव से उत्पन्न मानता है<sup>3</sup> । इसलिए

---

1. ए तौ सुरेतरं गातं प्रतिपद्य सद्यः, संरम्भसम्भूत समाध्यनुबद्धयोगौ ।  
भूयः सकलमुपयास्यत आशुयोवः, शापो मयैव निमित्तस्तद्वैत विप्राः ॥

- भाग०पु० सू० 3, अ० - 16, श्लो० - 26

THE

REPORT

OF

THE

COMMISSION

ON

THE

STATE

OF

THE

UNION

AND

THE

WORLD

OF

THE

PEOPLE

OF

THE

UNION

मन भी परमार्थतः परमात्मा से उत्पन्न हुआ है<sup>१</sup> जैसे परमात्मा एवं जीव में भेद नहीं, वैसे ही जीव और मन में भेद नहीं है, उसी प्रकार देह और कर्म में भी भेद नहीं है। देह ही चित्त है, चित्त अहंकार विशिष्ट जीव है, अतः इस प्रकार परमात्मा जीव एवं चित्त की स्थितियों का ज्ञान होता है।

आगे वर्णन करते हुये महर्षि विश्वरूप बताने हैं कि जैसे एक दीपक से सैकड़ों दीपक प्रकाश होते हैं उसी तरह एक ही परम वस्तु चेतन आत्मा अपने संकल्प से नानात्व को प्राप्त होता है। मनुष्य चित्त मात्र है चित्त के दृष्ट जाने पर यह जगत् शान्त हो जाता है। जिसका चित्त शान्त हो गया उसके लिए सारा जगत् ही शान्त हो गया<sup>२</sup>। गीता में भी भगवान् श्री कृष्ण कहते हैं कि जीव मेरा ही अंश है।<sup>३</sup>

मैत्रेयी उपनिषदानुसार चित्त ही संसार है<sup>३</sup>। चित्त के ही भ्रम होने के कारण स्वरूप मनुष्य दो - दो चन्द्रमाओं को देखने लगता है यह चित्त का ही तो भ्रम है। इसी चित्त भ्रम के कारण जीवात्मा परमात्मा में द्वैत देखता है। इसी चित्त वृत्ति के निरोध के क्रिय में योग दर्शन प्रकाश डालते हुये कहता है कि सर्वप्रथम चित्त को जानना चाहिये तदनन्तर चित्त की भूमियों अवस्थाओं का ज्ञान होना जरूरी है। तब वृत्तियों के क्रिय में पता लगाओ वृत्तियों का वास्तविक ज्ञान होने पर कि ज्ञानाय कौन सी वृत्ति है और अज्ञानार्थ कितनी है। क्योंकि चित्त से उत्पन्न जिन दो नदियों का पाठ मिलता है। वह वास्तव में गूढ़ है। जिससे अनुमान किया जा सकता है कि

१. हिन्दी - योऽहं ब्रह्मिह - यद्ब्रह्म - यथाख्याकर नन्दलाल देशपांडे १९०४-१९०५

२. ममैवांशो जीवः लोके जीवभूतः सनातनः।

मनः षष्ठोऽविन्द्रियाणि प्रकृतिस्थानि कर्षति ॥ - गीता

३. चित्तमेव संसारः॥ अ. ३०



हृदयाकाशस्थ १०१ ॥ एक सौ एक ॥ स्रोत युक्त नाड़ियें हैं जिनमें से सौ नीचे को मुंह किये हुये हैं उपर की ओर जिसने मुंह किया है वह केवल एक ही है ।

अर्थात् नीचे गमन करने के लिए सांसारिक पशु बने रहने के लिए अनेक मार्ग हैं अर्थात् सैकड़ों मार्ग हैं परन्तु ज्ञानोपयोगी एक ही मार्ग है वह है उन सैकड़ों मार्गों का निरोध तभी मुक्ति मिल सकती है<sup>१</sup>। उन्हीं सैकड़ों मार्गों के निरोध हो जाने पर राग द्वेष जो कि मनुष्य के परम शत्रु " मधुकैटभ " माने गये हैं<sup>२</sup>। ऊट जाने से ॥ मर जाने ॥ से मनुष्य का मन आत्मा में स्थिर हो जाता है जब चित्त आत्मा में स्थिर होगा तो उसे आत्म ज्ञानी कहा जायेगा जिसे योगसूत्र में कहा गया है ऐसा साधक अपने " स्वरूप में प्रतिष्ठित हो जाता है " <sup>३</sup> जिसने चित्त वृत्तियों का निरोध कर लिया हो । अर्थात् योग का केन्द्र बिन्दु चित्त है जिस पर योग बल से विजय प्राप्त की जा सकती है ।

चरक ने कहा है कि - " यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसको बल से भाग्य भी बदला जा सकता है । " योग मोक्ष नहीं है बल्कि योग मार्ग से मोक्ष प्राप्त किया जा सकता है । अर्थात् जन्म मरण से मुक्ति के लिए योग की आवश्यकता है । योग से सभी वेदनाओं का आत्यन्तिक नाश हो जाता है और मोक्ष प्राप्त हो जाता है । <sup>४</sup> अतः योग मोक्ष दिलाने वाला है अर्थात् मोक्ष का प्रवर्तक है ।

1. चित्त नदीनाम उभयतो वाहिनी वहति पापाय वहति पुण्याय च ।  
- व्यासभाष्य, पा०यो०सू०-१/२
2. मधुकैटभी दुरात्मानावतिवीर्य पराक्तमौ ॥ - श्रीदुर्गासप्तशति, अ०-१, श्लो०-१३१।  
भवेतामधमे तुष्टौ ममवध्याबुधार्पि ॥ किर्मन्येनवरेणात्र एतावद्भि वृत्तं मम ॥  
- वही - श्लोक- १७-१८
3. तद्रष्टु स्वरूपेऽवस्थारनम् । का० मे० सू० १/३
4. योगे मोक्षे च सर्वासां वेदनानामवर्तनम् ।  
मोक्षे निवृत्तिर्निःश्रेया योगमोक्षप्रवर्तकः ॥ - च०सं० भा०-२, श्लो०-१३६, सू० - ८३०-३१





चित्त के विषय में सर्वदर्शन संग्रहकार का मानना है कि आत्मा अपरिणामी है केवल चित्त ही परिणामशील है । चित्त समय समय पर बदलता रहता है । जिन वृत्तियों के निरोध के विषय में पाठ मिलता है ये वृत्तियाँ अन्तः करणादि ॥ बुद्धि, चित्त, अन्तःकरण ॥ के नाम से पुकारे जाने वाले चित्त के ही धर्म मानी गई हैं । ॥ ज्ञान, चित्त का ही परिणाम है । बुद्धि की वृत्ति में विषयों का आकार आ जाना ही ज्ञान है और विषयों आकार से उपरक्त बुद्धि की वृत्ति का प्रतिबिम्ब चित्त शक्ति पर पड़ता है जैसे जल में प्रतिबिम्बित होने की सामर्थ्य, रूप से युक्त स्थूल द्रव्य में है । उसी प्रकार पुरुष में प्रतिबिम्ब होने की सामर्थ्य वृत्ति से युक्त चित्त में है । उस समय बुद्धि की वृत्तियों से भेद ज्ञान न कर सकने के कारण उस प्रकार की बुद्धि की वृत्तियों से अभिन्न रूप में चित्त शक्ति वस्तुओं का अनुभव करती है । फलतः ज्ञान वास्तव में बुद्धि का धर्म है, आत्मा का नहीं । आत्मा की कूटस्थता पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता ।

ऐसा कभी नहीं समझना चाहिये कि चित्तिशक्ति ॥ आत्मा ॥ का अपरिणामी होना अस्मिद्ध है ॥ चित्तिशक्ति अपरिणामी मानने के लिए ॥ इस प्रकार के अनुमान की सम्भावना है -

1. चित्तिशक्ति अपरिणामी है ॥ प्रतिज्ञा ॥
2. क्योंकि यह सदा ज्ञाता के रूप में रहती है । ॥ हेतु ॥
3. जो ऐसा अपरिणामी नहीं है वह वैसा ॥ ज्ञाता ॥ भी नहीं है ।  
जैसे चित्त यदि ॥ व्यतिरेक दृष्टान्त ॥

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

ज्ञाति भी कहती है कि "वृत्तियां चित्त के धर्म हैं काम, इच्छा संकल्प नीलादि, सन्देह, विचिकित्सा श्रद्धा, आस्तिक बुद्धि अश्रद्धा, धर्म, अधर्म, लज्जा, बुद्धि एवं भय ये सभी मन ही हैं।"

पञ्चशिखाचार्य ने भी "चित्ति को अपरिणामी बतलाया है वे कहते हैं कि भोक्तृशोक्त अपरिणामी है।<sup>2</sup>

महर्षि पतञ्जली कहते हैं कि चित्तवृत्तियां सदा ज्ञात रहती हैं कारण यह है कि उनका भोक्ता पुरुष परिणामी नहीं है।<sup>3</sup>

"चित्त परिणामी है - ज्ञात अज्ञात विषय होने से जैसे - श्रोत्रादि इन्द्रियां।

इसके जानने के लिए तीन प्रमाण बतलाये गये हैं जो निम्न प्रकार से हैं - धर्म परिणाम, लक्षण परिणाम एवं अवस्था परिणाम।

1. जैसे सोने के कुण्डल आदि बना लेने से केवल आकृति बदलती है लेकिन सोना सोना ही रहता है।
2. कुण्डल को तोड़ कर आप धूमके या सोने की माला बना लो लेकिन सोना नहीं बदलता।

आभूषण अब पुराने हो गये लेकिन सोना तो वही रहा यह उसी प्रकार है जैसे आत्मा की अवस्था नहीं बदलती लेकिन मनुष्य की अवस्थायें दिन प्रतिदिन बदलती रहती है।<sup>4</sup>

1. भाष्यः संकल्पो विचिकित्सा प्रवृत्तिरुन्मेषाश्चिरद्वन्द्वीति चेत्सर्वं मन एव ॥ ७.३० १/५/१३
2. अकारणमिनी भोक्तृ शान्तिरिति ॥ पा० यो० ५ २/२० ७/१०
3. तदा ज्ञाता इति चक्षुषोऽपस्तम्भप्रभोः पुरुषस्यापरिणामित्वम् ॥ पा० यो० ५ ४/१२
4. परिणामश्च त्रिविधः प्रसिद्धो धर्मलक्षणाद्यैस्तथाभेदान् । धर्मिणश्चिन्तयति ---
5. एवेति न विद्विदनुपपन्नम् ॥ त० ३० सं० ५० ५२३

( 1 )

2

21 -

पत्रिका ११०

३००

१००

१००

१००

१००

१००

१००

१००

१००

निष्कर्षतः चित्तः चिन्तित का ही अंश है जैसे प्रकाश स्वरूप किरणें सूर्य का अंश है परन्तु उन्हें हम सूर्य नहीं कह सकते । हम देखते हैं कि जैसे एक पत्थर पर दूसरे पत्थर से रगड़ लगाई जाये तो उसमें से अनेक चिंगारियां निकलती हैं । जबकि पत्थर एक ही है ऐसे ही दूसरा उदाहरण जैसे जलती अग्नि से हम अनेक चिंगारियां उड़ती देखते हैं ऐसे सूर्य एवं अग्नि के समान आत्मा मनुष्य के भीतर <sup>२४२।</sup> है जो कि वारपूर्ण है, जबकि चिंगारी स्वरूप चित्त सूर्य की किरणों के सदृश सम्पूर्ण देह में विद्यमान रहता है। ऐसा इसलिए कि यह जिस अंग से अपनी सत्ता हटा लेता है, वह मन भी जीवन प्रदान नहीं कर सकता, जबकि मन उस अंग से जुड़ा हुआ है । बुद्धि देखकर लज्जित होती है विकृत अंग मनुष्य की आकृति बिगाड़ कर उसके अहंकार को ठेस पहुंचाता है, परन्तु ये सब चित्त के कारण क्रिया करने में सामर्थ्यवान् है अन्यथा ये प्रकृति के परिणाम होने से जड़ ही हैं। इसलिए चित्त चिन्तित का अभिन्न अंश है जिसे जानकर साधक मन को स्थिर कर चित्त का ज्ञान करता है और चित्त के ज्ञानानन्तर ही चित्त चिन्तित का, स्वयं प्रकाश नित्य बुद्धि बुद्ध आत्मा स्वरूप परमात्मा का दर्शन करवाता है। जिसे परमार्थ लाभ कैवल्य या मोक्ष भी कहते हैं । जैसे कि गीता में भी कहा गया है कि 'जिस प्रकार वायु रहित स्थानस्थ दीपक चलायमान नहीं होता ऐसे ही योग युक्त योगी का चित्त स्थिर हो जाता है जिससे आत्मदर्शन का लाभ होता है' ।<sup>१</sup> ऐसे ही विज्ञान सिद्धि ने भी चित्त चतुर्विध माना है ।

१. यथा दीपो निवातस्थो नेङ्गते सोपमा स्मृता ।

योगिनो यत चित्तस्थ युज्जन्तो योगमात्मनः ॥ - गीता - ६/१९

२ - चित्तमन्तः क्लृप्तं साज्जन्ममेकं यैवान्तः; क्लृप्तस्य वृत्तिभेदप्राप्तेन चतुर्विधं दर्शने विभागान् ॥ यो. वं. १० पृ. १२ (जं. पवन कुमारी मुख्या)



## चित्त की भूमियां

अथा योगानुशासनम् सूत्र में ही भोजवृत्ति ने तो नहीं परन्तु व्यासभाष्य में चित्त की भूमियों का पाठ मिलता है जिनका नाम है - 1. क्षिप्त , 2. मूढ़, 3. विक्षिप्त , 4. सकाग्र एवं पांचवीं वृत्ति निरुद्ध । जबकि भोज वृत्ति के दूसरे सूत्र का विषय रही है ।

जो सबसे बड़ी बात सामने आती है वह यह है कि व्यास भाष्य ने पूर्व की तीनों को योग के अयोग्य माना है और कहा है कि इन तीनों में योग नहीं होता जबकि सकाग्र एवं निरुद्ध दोनों योग प्रदात्री है इनमें ही योग हो सकता है । समाधि चित्त का सार्कौगमिक धर्म है । तदनन्तरगति व्यासभाष्य क्षिप्त, मूढ़ विक्षिप्त को योग के पक्ष में नहीं मानते हैं । इन तीनों को भोज ने अपने शब्दों में निम्न प्रकार से प्रकाशित किया है ।

क्षिप्त भूमि - रजो गुण - दानव - दैत्य

मूढ़ भूमि - तमो गुण प्रधान होती है - राक्षस पिशाच

विक्षिप्त - रजो गुण प्रधान सत्त्वगुण

सकाग्र - सत्त्व गुण प्रधान रजोगुणी भूमि सम्प्रज्ञात समाधि योग वाली

होती है और

निरुद्ध - विषुद्ध सत्त्वगुण प्रधान मानी गई है यह असम्प्रज्ञात अवस्था का ही ऊपर नाम है । चित्तभूमियों का अपरगण्य अवस्था विशेष भी है ।

- 
1. विक्षिप्त चेतसि विक्षेपोपसर्ज भूतः समाधर्न योग पक्षे । - व्यासभाष्य, पाठयोऽसू 1/1
  2. चित्तस्य भूमिचित्तस्यावस्थाविशेषः । - भोऽवृ 0, " 1/2





चित्त की भूमियां ही चित्त की अवस्था विशेष है ऐसा भोजवृत्ति ने भी स्पष्ट किया है<sup>2</sup>। ये तीनों ही मनुष्य के ध्यान में किन कारक मानी गई हैं ।

### मूढ

जो चित्त किसी इन्द्रिय विषय में मुग्ध होकर तत्त्व चिन्तन से विमुख हो जाता है उसे मूढ भूमिक चित्त कहते हैं ।

### क्षिप्त

इसमें कामिनी - कांचन के अनुराग से इन विषयों में ध्यानमग्न हो जाते हैं अर्थात् इसमें सांसारिक भोगों की लालसा अधिक होती है ।

### विक्षिप्त

क्षिप्त से विशिष्ट । इस अवस्थामें चित्त कभी-कभी स्थिर एवं कभी-कभी अस्थिर हो जाता है वह विक्षिप्त भूमिक चित्त है । ऐसी अवस्था वाले श्रवण करते समय उत्साहित होते हैं परन्तु अनुगमन करते समय भटक जाते हैं ।

परन्तु इन पर विजयी पायी जा सकती है ऐसा श्रीमद्भागवत् पुराण का मानना है । शुक्रदेव परीक्षित को उपदेश करते हुये कह रहे हैं कि "हे राजन् । यदि भगवान का ध्यान करते समय मन रजोगुण से विक्षिप्त या तमो गुण से मूढ़ हो जाये तो ध्वराये नहीं । धैर्य के साथ दृढ़ता से योग धारणा के द्वारा उसे वश में करना चाहिये , क्योंकि धारणा उन दोनों गुणों के दोष को मिटा देती है ।

---



धारणा के स्थिर हो जाने पर ध्यान में जब योगी अपने परम मंगलमय आश्रय को देखता है तब उसे तुरन्त ही भक्ति योग की प्राप्ति हो जाती है<sup>१</sup>। जबकि एकाग्र भूमि चित्त सुगमता से योग योग्य है, परन्तु इसमें भी सर्ववृत्तियों का निरोध नहीं होने से, इसे सम्प्रज्ञात समाधि की श्रेणी में ही रखा गया है। इसमें विशेषता यही है कि यह इन्द्रियों के केवल सूक्ष्मतर ज्ञान तक ही सीमित है। इसमें ध्याता और ध्येय, साधन-साध्य के सम्बन्ध में अभी भिन्नता रहती है, कुछ शेष रहता है, जिसके कारण इसमें साधक परम सत्ता को प्राप्त नहीं कर पाता है। अतः सर्व वृत्तियों के निरोध को असम्प्रज्ञात समाधि कहते हैं। इस समाधि<sup>२</sup> में ध्याता-ध्यायी एक हो जाते हैं, तथा संसार के किसी भी पदार्थ से साधक का लेश मात्र भी सम्बन्ध शेष नहीं रहता है। जीवात्मा और परमात्मा का संयोग होता है। ऐसी चित्त भूमिक अवस्था को निरुद्ध कहते हैं<sup>३</sup>।

## -- वृत्तियाँ

योग शास्त्र का मानना है कि वृत्तियाँ द्विविध होती हैं एक अकिल्बटा दूसरी किल्बटा अकिल्बटा क्लेश रहित वृत्ति योग पक्षीय है और किल्बटा = क्लेशात्मक वृत्तियाँ योग में बाधक मानी गयी हैं।

१. रजस्तमोभ्यामाक्षिप्त विमूढं मन आत्मनः ।

यच्छेद्धारणया धीरोहन्ति या तत्कृतं मलम् ॥-श्री०मद्भाग०पु०, स्कन्द - २  
अध्याय-१, श्लोक - २०

यस्यां संधार्यमानायां योगिनो धर्मलक्षणः ।

आशुसम्पद्यते योग आश्रयं भद्रमीक्षणम् ॥ - भा० पु० § २/१/२०-२१ §



शास्त्रों का कथन है कि जब मुख्य जन्म लेने से पूर्व गर्भ में स्थित होता है तब वह सत्तोगुणी होता है और उसको घोर कष्ट अनुभव होता है । इसी कष्ट के कारण वह वहाँ गर्भ स्थित हरि का स्मरण करता है और बारंबार इस कष्ट से छुटकारे के लिए अपने प्रभु से विनर्त करता है । "भागवत महापुराण एवं गरुड़ पुराण बार-बार संकल्प करता है कि मुझे इस गर्भ से प्रभु मुक्ति दिलाओ मैं आपका स्मरण करूँगा कभी नहीं भूलूँगा ।" परन्तु जैसे ही वह जन्म लेता है तो उस पर प्रभु की अनुपायिनी माया अपना पाश डाल लेती है और वह दुःखा पिपासा से रोने लगता है तो हँसते हुये जन्म लेते हैं । तदनन्तर उसमें ममता का विकास होता है । यह ममता भी द्विविध है एक लौकिक और एक अलौकिक ।

अलौकिक ममता केवल भरत जैसे मुमुक्षुओं में होती है जिनका किसी कारणवश ध्यान भगवान के साथ-साथ कुछ काल के लिए हरिणमय हो गया और देहावसनान्तर उन्हें हरिण का रूप मिला लेकिन स्मृति परिशुद्ध होने एवं वृत्तियों के संस्कारों के दग्ध होने से उन पर माया का प्रभाव नहीं पड़ सका । ऐसे ही शुक देवादि के उदाहरण भी देखे जा सकते हैं ।

जबकि लौकिक ममता का कारण अज्ञान है, अविद्या है । और इसी अविद्या के कारण उस का जन्म जन्मान्तरों के विकास में अधिक से अधिक अवर्धित होती जाती है जिसका एक स्वरूप आज के लौकिक जगत में भी देखा जा सकता है । यहाँ माता-पिता पाण्डित्य रहित सद्कर्म करते हैं वहाँ अच्छी-अच्छी सन्तानोत्पत्ति होती है । दूसरा पक्ष जिन माता-पिताओं के ज्योतिष ज्ञान के अनुसार अच्छे गृह होते हैं उनकी सन्तति उनसे भी अच्छी होती है । अर्थात्



उनके सद्कार्य एवं श्रुतियों का सुप्रभास अपने आत्मजों पर पड़ता है । दूसरी ओर जहां माता-पिता पाप कर्म करते हैं और सग्न होते हैं उनके बच्चे आजन्म रोगी होते हैं । माता-पिता में हो सकता है कि रोगोत्पत्ति जन्म के दस वर्ष या किञ्चिद् कालान्तर हुई हो परन्तु आत्मजों में गर्भ में ही विकसित हो जाती है । जैसे एड्स । ऐसे ही वृत्तियां भी अपने पूर्व जन्म के साथ ही साथ सम्बन्ध रखती हैं जिन्हें जानकर ऋषि मुनियों ने वेदों के ज्ञान एवं योग शास्त्रों को रचित कर मुक्ति के लिए दुःखमय संसार से छुटकारा दिलाने के लिए ज्ञान प्राप्त करने का उपदेश किया ताकि दुःखी संसार परम सुख को प्राप्त हो सके । उन्हीं में वृत्तियों का उल्लेख भी मिलता है । जिनका उल्लेख महर्षि पतञ्जलि जी ने अपने पञ्चतन्त्रयोगदर्शन में निम्न प्रकार से किया है ।

किल्बिषाऽकिल्बिषा वृत्तियां प्रधानतया "पांच" ही मानी गई हैं " -  
 प्रमाण, विपर्यय, विकल्प, निद्रा एवं स्मरण । प्रमाणान्तरगत वृत्तियां ज्ञान प्रदायिनी एवं अकिल्बिषा मानी गई हैं "जिनका ज्ञान प्रत्यक्ष, अनुमान और शब्द प्रमाण से प्राप्त होता है और यह यथाभूत समर्थि की सहायिनी मानी गयी है वे अकिल्बिषा है । जबकि किल्बिषा अज्ञान प्रदायिनी है । क्योंकि इनके मूल में अहंकार रूपिणी अविद्या का निवास रहता है जो केवल भोगों को ही महत्त्व देता है न कि भोक्ता को वह यह नहीं जान पाता कि मैं भोगों को भोग रहा हूं या भोग मुझे भोग रहे हैं । ऐसी अवस्था को प्राप्त प्राणी को योग

1. वृत्तयः पञ्चतयः किल्बिषाऽकिल्बिषाश्चरितः ॥-पा०यो०सू० १/५
2. प्रमाणाविपर्यय विकल्पनिद्रास्मृतिः - वही - १/६





की प्राप्त हो नहीं हो पाती है और वह आवगमन के चक्र में घूमता रहता है ।

जिसका कारण विपर्ययादि ही है ।

विपर्यय का अर्थ है "मिथ्याज्ञान"। किसी वस्तु का अथर्थाज्ञान को विपर्यय कहते हैं जिसके अन्तर्गत संशय भी माना जाता है । इसका मुख्य कारण अविद्या आदि पाँचों संस्कार आते हैं "अविद्या अस्मित राग द्वेष और अभिनिवेश" <sup>2</sup> यही ऐसे कारण हैं जो विद्या के विरोधी हैं ।

अविद्या का अर्थ ही अज्ञान है अनात्म को आत्म मानना अनित्य को नित्य एवं अशौच को शौच मानना ही अविद्या है ।

द्रष्टा एवं दृश्य अनित्य भिन्न है परन्तु उन्हें एक मानना अस्मिता है । लौकिक भोगों में डूबे रहना लौकिक धृष्ट विपासा की तृष्णा की शान्ति को ही सुखी मानना सुख है ।

दुःख - पुत्रादि की प्राप्ति को सुख मानना परन्तु उनके खो देने को

दुःख मानने लगना क्रोधादि की ज्वाला में प्रवेश पाना ही दुःख है ।

मृत्यु को नजदीक जानकर डरना या मृत्यु को बुरा मानना अभिनिवेश है यही विपर्यय है जबकि भेदात्मक रूपेण इसकी संख्या पाँच न होकर पच्चास है ।

परन्तु सभी का विपर्यय वृत्ति के इन पाँचों के अन्तर्गत समावेश हो जाता है ।

ऐसे ही विकल्प विपर्यय का परम मित्र है जो केवल सुन्दर शब्दों को बनाता है परन्तु अर्थ की दृष्टि से शून्य होता है । यह धैरे ही निष्फल होता है जैसे ईश से फल । विकल्प का अर्थ ही यथार्थ ज्ञान से रहित शब्द ज्ञान जैसे बन्ध्या का

1. प्रत्यक्षानुमानागमाः प्रमाणानि । - पाठो योऽसौ - 1/7

2. विपर्ययो मिथ्याज्ञामतद्रूपप्रतिष्ठितम् ॥ - वही - 1/8



पुत्र, शशशृंगं यमुष्प, हमने एक ऐसा सिंह शृंग देखा जिसके सिर पर शृंग थे ।<sup>1</sup>

"तम के आधक्य से आलसिम्बत वृत्ति निद्रा है "<sup>2</sup> इसमें मनुष्य को प्रातः उठने पर लगता है कि मैं सुख से सोया इसे ज्ञान शून्य समय कह सकते हैं । व्यर्थ काल जिसमें मनुष्य की देह और चेतना शक्ति पृथक्-पृथक् हो जाते हैं ।

"कामिनी काज्यनी अनुराग एवं लौकिक भोगों की स्मृति की बुद्धि में प्रधानता का रहना ही स्मृति वृत्ति कहलाती है ।"<sup>3</sup>

इन वृत्तियों को क्षीण करके प्रज्ञा को प्रकृष्टतम बनाना ही योग का परम लक्ष्य है । परन्तु ऐसा देखा गया है कि ये वृत्तियाँ पंच महाभूतों श्रुतत्वों का तरह ही स्थूल से सूक्ष्म रूप में विद्यमान रहती हैं । जैसे इन्द्रिय ज्ञान के सूक्ष्म रूप को तन्मात्रा कहते हैं, वैसे ही वृत्तियों के सूक्ष्म रूप को संस्कार कहते हैं । 'जैसे इ को यण एवं यण को इ " ये संस्कार तब तक विद्यमान रहते हैं जब तक योगी को असम्प्रज्ञात योग की प्राप्ति नहीं हो जाती । जब तक उसकी अध्यात्म प्रसाद से प्रज्ञा सत्य को नहीं जान लेती और जब तक ध्येय के साथ एकीकरण की प्राप्ति नहीं हो जाती । संस्कारों के विषय में लौकिक उदाहरण स्पष्ट रूप से देख सकते हैं । जैसे एक वृक्ष की जड़ें उसके संस्कार होते हैं सूखने पर जिन्हें सींचने से वृक्ष प्रकुल्लित हरा भरा होने लगता है । जबकि वृक्ष बाहिर से सूखा हुआ अनुभव तो क्या पूर्ण रूप से लग रहा होता है परन्तु कई बार तो क्या बहुत बार

1. शब्दज्ञानानुपतित वस्तुशून्यो विकल्पः ॥ - पाठयोःसू० १/९

2. अभावप्रत्ययावलम्बना वृत्तिर्निद्रा ॥ - वही - १/१०

3. अनुभूतिविषयासम्प्रमोषः स्मृतिः ॥ - वही - १/११



देखने में आया है कि ऋतु के आते ही उसमें प्राण संचार होने लगते हैं और वह पहले जैसे हरा भरा हो जाता है । ऐसे ही वृत्तियाँ एवं संस्कार हैं जो समय के साथ पुनः पुनः उठते हैं । वृत्तियों का सूक्ष्म रूप संस्कार है और संस्कारों की स्थूलता ही वृत्तियाँ हैं । संस्कार अधिष्ठेय है । इनका परस्पर सम्बन्ध इन्धन एवं अग्नि का है । जो कि योग के विघ्न रूपिणी है इन्हीं वृत्तियों के वास्तविक रूप को जानकर योगी योग के प्रति अग्रसर होता है ।

वृत्तियों के सारभूत संस्कार सम्प्रज्ञान में निहित रहते हैं और असम्प्रज्ञात योग में जाकर नष्ट हो जाते हैं । सम्प्रज्ञात् अधुष्क वृक्षा है और असम्प्रज्ञात पूर्णशुष्क है । आगे इसी से कैवल्य की प्राप्ति होती है । जब असम्प्रज्ञात योगी अनन्त काल तक उसी निरुद्धावस्था में निरत रहता है तो अन्ततः कैवल्य की प्राप्ति होता है । अर्थात् कैवल्य की प्राप्ति होने के लिए असम्प्रज्ञात का बने रहना ही महत्वपूर्ण है जैसे असम्प्रज्ञात को प्राप्त होने के लिए सम्प्रज्ञान की सत्ता का बने रहना मुख्य माना गया है और इन वृत्तियों के निरोध का उपाय है योगाभ्यास और वैराग्य से तथा दीर्घकाल तक पुनः पुनः इनको अपनाना ।

वृत्ति का सामाजिक महत्व भी बहुत ही महत्वपूर्ण है । वृत्ति का अर्थ है ♦ कर्म। जैसे वृत्तियाँ योग शास्त्र में किल्बटा एवं अकिल्बटा मानी गयी हैं, ऐसी ही समाज में भी द्विविध कर्म प्रधान है, एक सदकर्म, दूसरा असदकर्म प्रधान वृत्ति ।

1. अभ्यासवैराग्याभ्याम् तन्निरोधः ॥ - पाठो योऽसू० - १/१२

2. तत्र स्थितो यत्नोऽभ्यासः ॥ - वही - १/१३



हम देख सकते हैं कि जैसे योग में किल्बटा वृत्तियों का आध्यत्य रहते हुये वह अन्ततः संस्कार स्वीकृति रहती हैं। ऐसे ही समाज के अन्तर्गत असद् कार्य करने वालों का बोलबाला है और सद्कार्य करने वाले अल्प संख्या वाले हैं। आज चोरी सीनाजोरी अधिक है, लेकिन गुणवत्ता कम है। क्योंकि असद् कार्य पाप की तरह शीघ्रान्त शोध प्रफुल्लित होता है और समाप्त भी शीघ्र ही होता है जैसे जरसी तेल। सद्कार्य नियमानुसार ईश्वरीय धर्म का पालन करते हुये शनिः शनिः बढ़ता है और वह चिरकाल में पकता है और उसकी आयु सीमा भी लम्बी होती है। दुःख-धूम-छाया को वह सहन करने में भी सामर्थ्य रखता है। उसे न तो अधिक गर्मी ही तड़पा जाती है, न अधिक सर्दी, ऐसे ही जैसे देसी गाय। भाव यही है कि वृत्तियां मनुष्य के कार्य को निश्चित करती है और सामाजिक रूप में उसकी पहचान को बनाती है। जैसे कुछ लोग समाज की सेवा करते हुये योग के आसनों को न कर पाने वाले परम गति प्राप्त करते हैं तो कुछ दानादि से। अन्य असद्कर्त्ता लूटपाट से तम मोह महामोह तामिस्र अन्धतामिस्र रूपी नरकों को प्राप्त होते हैं। अन्तर केवल इतना ही है कि योग शास्त्र में वृत्तियां योगक्षेत्र की वस्तु है और लोक शास्त्र में मनुष्य के कर्म क्षेत्र की पहचान है। अतः इनकी समाज में महत्वपूर्णता को अनदेखा नहीं किया जा सकता और इसी प्रकार की योग शिक्षा का प्रचलन समाज के हितकारी रूप से प्रसारित होना ही लाभदायक हो सकता है।





### क्लेश

जैसा कि हम देखते हैं कि प्रत्येक क्षेत्र के अन्तर्गत तीन उदाहरण सही बैठते हैं जैसे प्रकृति के तीन गुण सत्त्व, रज एवं तम ॥ तीन तरह के देश विकसित विकासशील एवं अविकसित ॥ अमीर, मध्यम एवं निर्धन ॥ ऐसे तीन प्रकार के उनमें लोगों को भी कल्पना की जा सकती है। ठीक ऐसे ही किसी भी धर्म के अन्तर्गत भी तीन श्रेणियों में विभाजित धर्मी रहते हैं। कुछ भौतिकवादी हैं। कुछ भौतिकता के साथ-साथ अध्यात्मवादी हैं और कुछ केवल अध्यात्मवादी हैं।

इनमें अध्यात्मवादियों के लिए योग एक आसान क्रिया एवं दर्शन है, जबकि मध्यम मार्गियों के लिए तो एक आकर्षण का केन्द्र है, परन्तु संशयात्मक है, जिनमें क्लेशों को तनू शिथिल करने के लिए "क्रिया योग" का आश्रय लेने को कहा है। उसे ऊपर उठने के लिए अपने भौतिक सुखों का त्याग करना पड़ता है, जो कि उसके लिए कठिन हो जाते हैं इन्हें योग में क्लेशों की संज्ञा दी गई है। योग इन अध्यात्मवादियों, सत्त्वगुण सम्पन्न योगियों का तो अनादि गुरु ही है, परन्तु मध्यमार्गियों के लिए एक श्रेष्ठ साधन अर्थात् गुरु बनकर उभरता है और वह वास्तविक सत्य को पहचानने में सहायता प्रदान करता है। परन्तु जब भौतिकवादियों की बात आती है, तब वे इससे मुँह मोड़ने लगते हैं। भौतिकवाद प्रमाद आलस्य एवं अविरति को लोलुप है। ये तीनों ही मिलकर उसे व्यसनी बना देते हैं और योग धर्म के परम शत्रु है, क्योंकि संशय पर नियन्त्रण पाया जा सकता है परन्तु प्रमाद आलस्य और अविरति पर नियन्त्रण कर पाना अधिक



कठिन है परन्तु असम्भव नहीं है । लेकिन यह बात वैसे ही प्रत्युत्तर रूपेण समझा आती है, जैसे किसान से हठपूर्वक खेती कार्य करवाना । अतः वास्तविक रूपेण क्लेशों का यथार्थ रूपेण निवास यही भौतिकता है, जो सर्वत्र राग द्वेष से संलिप्त और कर्म तथा देह को प्रधान मानती है और मृत्यु से डरती है । इन्हीं को क्लेश कहते हैं । तथा क्लेशों की गणना महाविद्वत्तज्जली जी के पातञ्जलयोगसूत्र में पाँच हैं -

"अविद्या अस्मिता सुख दुःखाभिनिवेशः ।"

अविद्या की यहाँ तक व्यवस्था है, " वह वास्तव में विद्या की विरोधिनी परम शत्रु है और अज्ञानान्धकारिणी जड़तात्मिका है । जिसका अन्य नाम विपर्यय मिथ्याज्ञान है । यह छल कपट अभिमानात्मिका है । यही उत्तरोत्तर क्रमेश अवशिष्ट अस्मितार्थ चारों प्रसुप्त, तनु, विच्छिन्न एवं उदार क्लेशों की उत्पादिका जननी है ।<sup>2</sup> परन्तु यदि उनमें भी गहनता से चिन्तन करके देखें तो पता चलता है कि केवल नाम का परिवर्तन है वास्तव में अविद्या ही है ।

अविद्या का अर्थ अनात्म देह एवं मन को असत्मा मानना अनित्य में नित्य को देखना, अशौच में शौच का ज्ञान करना, देह को शाश्वत समझना तथा मल मूत्र से व्याप्त देह को शुद्ध जानने में पारदर्शिता दिखाने के लिए सुन्दर सुन्दर उदाहरण देना नैमित्तिक यज्ञ योगों में नित्यत्व की प्राप्ति की इच्छा रखना इत्यादि ।<sup>3</sup> अस्मितार्थ के सदृश ही अविद्या के रूपान्तर चार भेद हैं - प्रसुप्त, तनु, विच्छिन्न एवं उदार ।

1. अविद्याऽस्मिता रागद्वेषाभिनिवेशाः पञ्च क्लेशाः ॥ - 2/2

2. अविद्याक्षेत्रमुत्तरेणां प्रसुप्ततनु विच्छिन्नोदाराणाम् ॥ - 2/4

3. अनित्याशुचिदुःखानात्मसु नित्यशुचि सुखात्मख्यातिरविद्या ॥ - 2/5



प्रसुप्त का भाव है = बीज या शक्ति रूप में स्थिति । प्रसुप्त क्लेश आत्मजन  
पाने पर पुनः उत्थित = उदय होते हैं जैसे - संस्कार ।

तनु = तणाद्यल = क्रिया योग से प्रक्षीण ॥ नष्ट ॥ हुये क्लेश । जिन को  
नष्ट कर केवल चरम रूप देख को ही सत्ता रहती है और योगी केवली होता  
है ।

विच्छिन्न = रागात्मक है यह दोनों प्रसुप्त एवं तनु से भिन्न है यही भवचक्र  
के कारक हैं एवं विच्छिन्न में तनु क्लेशों का मूलतः सूक्ष्म रूप विद्यमान रहता है ।  
जैसे वृत्तियों के मूल में संस्कार रहते हैं । जैसे एक व्यक्ति का मन कुछ काल के  
लिए एक वस्तु में रम जाता है और दूसरी से हटता भी नहीं है केवल कुछ काल  
के लिए ऐसा हो जाता है कि वह अन्य को भूल सा जाता है लेकिन वास्तव में  
उसे भूलता नहीं है ।

उदार = व्यापार युक्त है उसका कारण राग है जब कोई अनुरागी का  
रागात्मक स्त्री से वियोग हो जाता है या कोई छीन लेता है तब वह क्रोधी  
हो जाता है और तमोभूत होता है जैसे क्रोध में द्वेष उदार है और राग विच्छिन्न  
वियोगात्मक तथा धैर्याग्न से दमित राग को तनु कहा जाता है । संस्कार  
अवस्था प्रसुप्ति है । ज्ञायमान धर्म से हीन जो संस्कार वर्तमान में फलवान् न  
होकर भावस्थ में होंगे, वे प्रसुप्त हैं । क्लेशवस्था का अर्थ है " एक क्लिष्ट वृत्ति ।  
"अस्मिता का भाव है बुद्धि ॥ दृष्टा ॥ आत्मा ॥ दृश्य ॥ को एक जान लेना ।  
अभिन्न समझना ही अस्मिता है ।"



अस्मिता से युक्त बुद्धि को ही आत्मा समझ लेता है । अस्मिता अविद्या का ही अणु रूप है ।

सुख = सुख का अधी है लौकिक राग । सुन्दर - सुन्दर लुभायमान भोगों की ख्याति रूप । राग रूपा कुंठों में गिरे रहना । सुख साधनों में जो गर्व स्फूर्त तृष्णा या लोभ होता है वही राग है ।<sup>1</sup> इसी से सम्मिलित संकीर्णत्मिक रूपेण अवस्थित है - द्वेष । द्वेष ही दुःख है और दुःख ही द्वेष है ।<sup>2</sup>

पुत्र पत्नी की मृत्यु रूपी दुःख की स्मृति या अपनी प्रिय वस्तु के वियोग की स्मृति का त्याग नहीं कर पाना है । अर्थात् अनित्य वस्तु के वियोग से जो कि एक लोभ से उत्पन्न होती है उसका जब वियोग होता है तो लौकिक संसार को दुःख होता है । वह संतारी रोता चिल्लाता हुआ कहने लगता है कि मेरा तो सर्वस्व लूट गया परमात्मा ने मेरे साथ धोखा किया मैंने परमात्मा तैरा क्या बिगाड़ा था अर्थात् वह परमात्मा से भी द्वेष करने लगता है । "सुख दुःख एक दूसरे के उत्पादक हैं जैसे लोभ से क्रोध, क्रोध से संमोह एवं सम्मोह जीवन का नाशक है ।"<sup>3</sup>

अभिनिवेश - सत्य धर्म रूपी मृत्यु से डरना घबराना एवं मृत्यु को समीप जानकर बेचैन सा होना और बचने के लौकिक उपायों को ढूँढना ।<sup>4</sup>

1.

सुखानुशङ्गी राग ॥ - 2/7

2.

दुःखानुशङ्गी द्वेषः ॥ - 2/8

3.

क्रोधाद भवात् संमोहो सम्मोहात् स्मृतिविभ्रमः ।  
स्मृति भ्रंशाद्बुद्धिमाशो बुद्धिनाशोऽप्युपनिवेशः ॥ - जी० 2/63

4.

स्वसवाही विदुषोऽपि तथारूढोऽभिनिवेशः ॥ 2/9

1941

1942

1943

1944

1945

1946

1947

1948

1949

1950

1951

1952

1953

1954

1955

1956

1957

1958



जन्म मृत्यु पुनर्जन्म का कारण है और मृत्यु जन्म का ।  
तदनन्तरनाश मृत्यु को सत्य न मान कर ध्यानाभ्यास न करवाना ही अभिर्निवेश  
है । ऐसे साधारणतः दो - बड़े बड़ानों के चित्त में भय समाहित रहता है ।  
इन्हीं बातों को नकारना ही अर्वाचि को सदात् प्राणों के साथ ही साथ  
प्लेश जावदानों के लक्ष्मण जावदानों में भी प्राप्त है वह ही अभिर्निवेश है ।<sup>2</sup>  
इस प्रकार के ध्यानाभ्यास के प्रारम्भ में रहते हुये हमेशा योग में निश्चय करी रहते  
हैं इन्हीं को समाधान करने के लिये प्रयायोग को वास्तविक योग दर्शन ने क्या  
प्रदर्शित किया है ।

योग के निश्चय *योगो योऽस्मात्* !

योग के निश्चय में ऐसा कि माना जाता रहा है कि योग कभी कर  
सकता है जो दृष्टि मुष्ट होता है । जो दृष्टि मुष्ट नहीं वह योग का अधिकारी  
नहीं । परन्तु मानस अध्ययन एवं निश्चय से पता चलता है कि सम्यक् योग से  
शरीर का कलम एवं गुण को प्राप्त किया जा सकता है । इसी कारण स्वल्प  
का जा सकता है कि योग में शरीर का गुण को अत्यधिक आवश्यकता नहीं  
है और न ही योग में अर्वाचि समाधि के अयोग्य ही है । यदि कोई समाधि  
में निश्चयों का कारण है तो वह मानस बल है । योग विशेष रूप से मानस बल  
पर ही आधारित है और निश्चयों का कारण भी मानस ही है । यदि मनुष्य का  
मानस बल प्रबल एवं उत्तम है और श्रद्धा एवं विश्वास से परिपूर्ण है तो  
छोटी मोटी शरीर का कलम पर आवश्यक मात्र निश्चयों से बढ़ा जा सकता है

1. जायस्य धूमो मृत्यु मृत्यु धृतं जन्म मृतस्य च ।।  
नस्मादस्मात्कार्येऽर्थे न त्वं शोक्तुर्नति ।। - गी० 2/27
2. तम मोह गतामोस्तामिस्रान्ध्याग्निः शत, ऐसे चित्तमलप्रसंगेनाभिधास्यन्ते  
पा० यो० सू० 1/8  
यः सदा ध्यायते चरप्राणधानं कृपायोगः । - बौ० - 2/1



और विचारों का नाश किया जा सके, विचारों पर विजय प्राप्त की जा सकती है परन्तु यदि मन का और विश्वास से होना है और आलस्य युक्त है, प्रमाद है, संशयात्मक है, तब ऐसा परिणाम में शरीर चाहे दृष्ट-गुण्ट क्यों न हो योग प्राप्त करना असंभव हो जाता है। अतः विचारों के नाशार्थ मन को स्वयंसेवक बनाना चाहिये जिसमें एक स्थिर एवं संकल्प भय भावना को पैदा करना होता है, एक चाहे मुझे समाधि का प्राप्त हो या न हो पर मुझे इसी रास्ते पर निरन्तर अनवरत रूप से चलते ही रहना है अन्ततः विजयी अवश्य मिलेगी जैसा कि गौतमीयदर्श में लिखा है कि - "कार्यों पर विजय उद्यम से ही प्राप्त की जा सकता स्वयं कुछ भी नहीं मिलता" अतः मन पर विजय पाने के लिए दृढ़ संकल्प का अत्यधिक आवश्यकता होती है जिससे विचारों से निकला जा सकता है जिन्हें महात्मा पतञ्जलि ने योग द्वय में श्रुत माना है। इनकी संख्या अविशेष है 9 हैं नव संख्ये 1. व्याधि, 2. स्त्यान 3. संशय, 4. प्रमाद 5. आलस्य 6. आकर्षण, 7. भ्रान्ति दर्शन, 8. अलक्ष्य भ्रमकता और 9. अनवस्थितता। यही नव संख्ये अन्तराय है जो चित्त वृत्तियों के साथ उत्पन्न होते हैं और इनके अभाव में चित्त वृत्तियाँ उत्पन्न नहीं होती हैं अर्थात् समाधि के मार्ग को बदल कर दुःख में ले जाने वाले अर्थात् पुनः-पुनः भ्रमकों में डालने वाले होते हैं। यदि इन पर अनुसंधान विजय प्राप्त नहीं कर पाता है तब तक वह समाधि भग प्राप्त नहीं कर सकता है।

1. उद्यमेनाहं तस्मान्निवृत्तं कार्यणिज्जनोऽस्मि।  
न त्वं सुप्तस्य तिसंस्थ प्रविशन्ति गुणेभ्यः ॥
2. व्याधिसत्यानसंशयप्रमादास्त्यागितरतिभ्रान्तदर्शनालक्ष्यभ्रमकत्वान् -  
वस्थितत्वानि चित्तविशेषास्तेऽन्तरायाः ॥ - पाठ्योद्देश - 1/30



स्वच्छता - वा. वि. ल. स्फादि विकारों की विच्छेदता ।

अध्यास - योगयोग का वैद्यायोग योग को चर्खी अर्धनीन सम्झकर त्याग करना, चर्खी का कार्य सम्झकर छोड़ देना ।

तंशय - दोहरा - सावधान - ध्यानना आत्म जनात्मता जैसे भावों का वैदा होना अर्थात् जित जयज का चर्खी में चर्खी करने का जनारे न लगना कभी योगाभ्यास के लिए तौय चर्खी करना और चर्खी-चर्खी बीच में त्याग देना ।

समाधि - समाधि के साधन समूह की भावना न करना ।

आलस्य - आत्मनाम कल करेजे जैसी भावना में रहना ॥ कहना छोड़ो कल करेजे ॥ अर्थात् शरीर एवं चित्त की सुलतावश प्रभृति ।

अविरति - विषय योगों का चूर्ण का करने रहना तथा भोगतृष्णा जैसी भावनाओं के सागर में डूबे रहना ।

भ्रान्तिदर्शन - विषयय लाभ का करने रहना ॥ और कुछ तौयिष समाधिभूत तत्त्वियों एवं कर्तव्यों के प्राप्त कर लेने मात्र से ही अपने को समाधि लाभ सम्झना ।

अलक्ष्मीकता - समाधि का लाभ न हो जाना । इसमें मुख्य कारण मन से योगाभ्यास न करना ही होता है ।

अवस्थितता - समाधि प्राप्त होने पर भी उसमें प्रतिष्ठित नहीं रहना और प्राप्त होते - होने भ्रम जाना है ।

इन्हीं के साथ-साथ दुःख, द. चार अन्तराय इनके अतिरिक्त इनसे सम्बन्धित और भी हैं जिन्हें विदेय कहते हैं । - दुःख, दौर्मनस्यता, अंग-भेजयत्त एवं श्वास-प्रश्वास ।









लिंग पुराण में भी लिंगों के विषय में पुराणों से ज्ञानप्राप्त होता है । जैसे -  
 लिंग पुराण में भी लिंगों के विषय में स्पष्ट किया गया है कि ये विघ्न  
 मानवों के योगमार्ग में बाधा हैं । इनके नाशार्थ ही योगाभ्यास करने से  
 पराजय प्राप्त होता है । लिंग पुराण में कहा गया है कि प्रथम  
 जालस्थ व्याधि प्रमाद, संशय, अनवस्थिति, अश्रद्धा भ्रान्तिदर्शन  
 त्रिबन्ध दुःख, दीर्घनश्यता, विषयोल्लसिता, और जालस्थ एवं विषयासक्ति शरीर के  
 भारावन से हटाने जाये । जालस्थ चित्त को दुर्बलता से उत्पन्न होते हैं । अतः  
 मनन शील योगाभ्यासियों को निरव्यय एतत्त्व का अभ्यास एवं ईश्वर प्रणिधान  
 से इनमें मूल से उखाड़ फेंकना चाहिये तभी योग लाभ हो सकता है ।

शिव पुराण में पाये जाने वाले विघ्न भी लिंग पुराण से ही लगभग मिलते  
 जुलते हैं । इनका संख्या 10 कहा है । जालस्थ व्याधि प्रमाद, संशय अनवस्थिति  
 चित्त में अश्रद्धा भ्रान्ति दर्शन दुःख, दीर्घनश्यता, विषयोल्लसिता ॥ अविर्ति ॥  
 ये दशान्तरावाः ॥ १ ॥

1. जालस्थं प्रथमं वशवाद्याध्यासाद्वा प्रजायते ।  
 प्रमादः संशयस्थाने चित्तस्य स्थानवस्थितिः ॥ १ ॥  
 अश्रद्धा दर्शनं भ्रान्तिर्दुःखं च त्रिबन्ध ततः ।  
 दीर्घनश्यनयोग्येषु तत्राप्येषु च योगताः ॥ २ ॥  
 दशधाऽभिप्रजायते मुनेर्ध्यातव्यतयाः ।  
 जालस्थ च प्रमादश्च गुल्मत्वात्काषायित्वयोः ॥ ३ ॥

-योग मार्ग के विघ्न - लिङ्ग पुराण योग में विघ्न, पृ० - 88

2. जालस्थं व्याध्यासतीव्राः प्रमादः स्थानसंशयः ।  
 अनवस्थिति चित्तस्य अश्रद्धा भ्रान्तिदर्शनम् ॥  
 दुःखं दीर्घनश्यं च विषयेषु लोलता ।  
 दशैते धुंजतां पुंसामन्तरावाः प्रणीतताः ॥ - श्री० सु० वासु०

- स० - ० - 38, श्लो० - 1-2







कभी अपने से ज्यादा धना हुआ देखता है , तब उसमें उपरिलिखित भाव पैदा होते हैं परन्तु दोनों भूले रहे हैं उस रहस्य को जिसने निर्धन को धनी बनाया और स्वयं को नीचे रखा इसका पता योगाभ्यास से चलता है या शास्त्रों से जिनमें लिखा गया है कि मनुष्य को पूर्वजन्मों का फल अवश्य मिलता है । इसका ज्योतिषा पक्ष ग्रहों की विरुद्ध स्थिति है ।

### गुरु आदि उच्च ग्रहों का भी नेष्ट फल मिलना

संशय - ईश्वर जिसने देखा छोड़ो भाई यह काम ज्ञानियों का है दुनिया को गलत कार्यों का अशुभ फल न मिलने से निरीश्वर बनना शुरू हो जाना कारण गुरु ग्रह है यदि शुभ है तो प्रभु की सत्ता पर पूर्ण आस्था यदि अशुभ है तब कभी बहुत आस्था और कभी अवज्ञा जैसे भाव अनास्था स्वयं उत्पन्न होती है ।

प्रमाद - प्रमाद का कारण पाप पुण्य की ओर ध्यान न देना और अशुद्ध भोजन का सेवन करते हुये शरीर का अनावश्यक एवं अप्राकृतिक रूपेण वृद्धि को प्राप्त होना होता है । इसमें ज्योतिषान्तर्गत राक्षस गण एवं शुभ ग्रह और देव गण और बृहस्पति आदि ग्रहों का अशुभ हो जाना जोता है । तथा जगत में संगति भी रंग लाती है ।

आलस्य - जब तक कोई कार्य न हो तब तक पूजा पाठ दिन रात एक करके करना और लौकिक कार्य होने पर मन चुरा लेना है । श्रम्यासन से उठने की कोशिश करना परन्तु जाग्रत होने के पश्चात् भी उठकर खड़े नहीं हो सकना होता है । ग्रह ज्ञान की दृष्टि में शनि के नेष्ट होने से ही ऐसा होता है । कभी टांग सो रही है, कभी तिर भारी हो रहा है, कभी पीठ दर्द होती है और कभी समाधि में बैठे-बैठे अचानक निद्रा आने लगती है । कारण शनि ।



अविरात - विषय भोगों की स्मृति का यथा वत बने रहना और निद्रा में भी वैसे ही स्वप्न लेना होता है । कारण बृहस्पति ग्रह की दुर्बलता होती है ।

विषय भोगों को भोग - भोग कर मन कभी प्रसन्न ही नहीं होता ।

भ्रान्तिदर्शन - भगवान की सत्ता में भी भ्रान्त भावना रखने वाले अहन्ताच्छादित तथा तान्त्रिक इत्यादि लोग इस में आते हैं । ग्रह की दृष्टि से नीच ग्रहों का होने जिससे नीच विधा सोखते हैं और तान्त्रिक बनकर अपने को गुरु के रूप प्रकटित करने लगते हैं ।

अलब्धभूमिकता - जब उपार तथ्यों में एक भी जब तक विद्यमान रहेगा तब तक समाधि की स्थिति बन ही नहीं सकती । ज्योतिषानुसार ग्रहों की दुर्बलता ।

अनवस्थितता - समाधि का न बने रहना । इसमें जगत में देखने से पता चलता है कि कुछ लोग अभिचार कर्म कृत्यों से सभ्य समाज को हानि पहुंचाते जिनमें उनका लक्ष्य एक कमजोर और अर्चिर्हित योगी भी होता है तथा उसकी साधना में विघ्न बनते हैं । विशेषकर जिनके साथ ऐसी घटनाएँ घटित होती हैं ऐसे लोग नर गण वाले होते हैं और ग्रह भी दुर्बल होते हैं फिर भी वह उद्योग रत रह कर आगे बढ़ने का प्रयास तो करते हैं परन्तु ग्रहों की दुर्बलता के कारण अभिचार कर्म की लपेट में आ ही जाते हैं और समाधि बीच में ही छूट जाती है । दूसरा देवता भी अप्रत्यक्षरूपेण विघ्न डालते हैं ।

दुःख - त्रिविध आध्यात्मिक, आधिभौतिक, आधिदैविक तो होते ही है, परन्तु जगत् के अन्दर कुछ लोग भगवान की अनदेखी करके केवल परिश्रम को महत्त्व देने लगते हैं और जब उन्हें सफलता हाथ नहीं लगती तब वह उद्वेलित हो उठते हैं, मायूस होने लगते हैं और तब भगवान का ध्यान करने लगते हैं, तब ध्यान





हो पाना कठिन हो जाता है क्योंकि उनका ध्यान असफलता में ही डूबा रहता है । कारण शीन आदि की देखा सादेसति एवं जन्म समय दुर्बल ग्रहों की प्राप्ति तथा गोचर में तत्काल की निर्बल ग्रह स्थिति । ऐसी अवस्था में तब समाज भी विरुद्ध हो जाता है यदि ग्रह अच्छे हैं तब समाज भी पीछे - पीछे अनुसरण करता है और बिन मागे सहायता करता है , परन्तु अच्छे ग्रहों में जन्म न हो तब सब कुछ विरुद्ध हो जाता है चाहे वो कितने भी समृद्धशाली घर में उत्पन्न क्यों न हो । इनके दोषों के यथार्थ ही योग साधना करनी चाहिये एवं ईश्वर प्रणिधान से इन दोषों का शनैः-शनैः अभाव भी हो जाता है ।

दोर्मनस्यता - समाज के अन्दर रहते हुये कई बार देखने में आया है कि जब मनुष्यों की कुछ स्वार्थीहितरत साधकों की इच्छाओं की पूर्ति तत्काल नहीं हो पाती है तब वह इस नित्य कृत्य से मुंह मोड़ने लगते हैं ।

### अंग मेज्यत्व

अंग में जयत्व का कारण मानसिक दुर्बलता है मन चुराना है । जिसमें मुख्य भूमिका चन्द्रमा की है । चन्द्रमा जन्म कुण्डली में जब 4-8-12वें स्थानों में होगा तब मन द्विविध धृति वाला बना रहेगा जिसे आंगल भाषा में "डबूल मार्डण्डर " भी कहते हैं ।

### शवास प्रशवास

मनुष्य की उस अवस्था का दोष है जब किसी ग्रह का वृद्ध या ज्ञानी साधना के लिए आत्मजो या अन्यो को इस ओर मुड़ने के लिए विवश करता है तब वह विवश होकर लम्बी - लम्बी साँसें लेते हैं और यथा - यथा बैठते हैं परन्तु उन्हें 10 मिन्ट का समय एक-एक घण्टे जितना लगने लगता है, शरीर भारी महसूस होने लगता है जिसका कारण मनुष्य के पाप होते हैं , कुकर्म होते



हैं एवं मानसिक दुर्बलता होती है । जबकि ऐसा करने से उनके पापों का नाश हो सकता है और साहस की प्राप्ति भी जल्दी होने लगती है इसकी प्राप्ति के लिए मनुष्य को अपने - आप को साधनास्थल में जोड़ना अवश्य हो जाता है ।

किन्तु एवं तबधियों का पारम्परिक सम्बन्ध

व्याधि-सत्यान-संशय-प्रमाद-आलस्या विरति - भ्रान्ति दर्शनालब्ध - भूमिकत्वानवस्थिता नौ अन्तराय एवं दुःख दौर्मनस्यम् अंगमेजयत्व श्वासप्रश्वास ये चारों विषेधों के सहचारियों का परस्पर उत्तरोत्तर क्रम से घीनष्ट सम्बन्ध है क्रमशः अध्ययन एवं अनुष्ठान करने पर पता चलता है कि इन सबका मुख्य कारण विपरीत क्रम में श्वास प्रश्वास ही है । ऐसा इसलिए कि जो मनुष्य या योगी अपने श्वास पर विजय प्राप्त नहीं कर सकता है, उसे कभी भी समाधि प्राप्त नहीं हो सकती और वह संतारी बनकर रह जायेगा । संतारी का अर्थ दुःख पाश में जकड़ा जायेगा, जिसमें क्रमशः उत्तरोत्तर क्रमशः अंगमेजयत्व, दौर्मन - स्याता, दुःख, अनवस्थितता, अलब्धभूमिकता - भ्रान्तिदर्शन - अविरति - आलस्य-प्रमाद-संशय सत्यान एवं अन्ततः व्याधि उत्पन्न होगी । जिन्हें हम पूर्व जन्म कारण भी मानते हैं और यदि हम सीधे भी चले तो तब श्वास प्रश्वास तक इनकी उत्पत्ति देख कर अनुमान लगा सकते हैं । जैसे -

व्याधियां उत्पन्न इसलिए हुआ करती हैं कि मनुष्य अपने शरीर को हिला कर राजी नहीं अर्थात् व्यायाम करना नहीं चाहता । अर्थात् उसमें सत्यान = अकर्मण्यता है अकर्मण्यता ही संशय का कारण है और संशय ही अकर्मण्यता का कारण है जो एक वस्तु स्थिति पर विश्वास उत्पन्न नहीं होने देता । संशय ही जड़ है प्रमाद की, जब मनुष्य को बिना प्रयत्न के परिश्रम से मिलता है, तब



वह प्रमाद हो जाता है । और प्रमाद ही संशय का मूल कारण है । ऐसा इसलिए कि मनुष्य ईश्वर की सत्ता की ओर ध्यान ही नहीं देता, क्योंकि उसे बिना पूरा पाठ अध्यात् परिश्रम के सब कुछ मिल रहा है । प्रमाद का कारण है, आलस्य का । जिसमें मनुष्य कल पर काम छोड़ने लगते हैं, तब घर के अन्य सदस्य अपने साथ-साथ उसका भी कर देते हैं, तब मनुष्य और अधिक आलसी हो जाता है । तदनन्तर वह जब किसी की बिन मैंगी सहायता से सम्पन्न हो जाता है, तब प्रमाद स्वतः उत्पन्न होना स्वाभाविक है ।

आलस्य = शैथिल्यः शक्तिः अविरति का कारण बनता है और अविरति आलस्य का । अविरति आलस्य का कारण इसलिए बनती है कि उसमें विषय भोगों की अधिकता रहती है और आलस्य की उत्पत्ति होती है ऐसा इसलिए कि मनुष्य सामान्य से अधिक जब विषय वासनाओं का आलोक बन जाता है, तब शरीर दुर्बल एवं कुरुप हो जाता है, जब शरीर से सामान्य से अधिक उज्ज्वल निःसृत होगी, तब स्वास्थ्य यथावत नहीं रहेगा और आलस्य की उत्पत्ति होगी । आलस्य मनुष्य की दुर्बलता है । जिससे केवल अविरति ही उत्पन्न होगी ।

अविरति भ्रान्ति का कारण बनती है । ऐसी स्थिति में मनुष्य भोगों को भोगना ही आनन्द मानने लगता है, दूसरा यह कि उसकी बुद्धि कमजोर पड़ जाती है और उसे केवल भोग ही दिखाई देने लगते हैं । जैसे एक सामान्य मनुष्य में जब व्यसन अतिशयात्मक घर बना लेते हैं, तब हम देखते हैं कि वह बार-बार उसी ओर भागता है, जबकि उसे पकड़ कर जकड़ कर भी बांधते हैं । उससे अच्छे कार्य करने का संकल्प लेते हैं, तदनन्तर मणि जब उस प्राणी का नशा टूटता है, तब उसे संकल्प भूल जाते हैं और वह बार-बार वासनाओं की ओर भागने लगता है या चिल्लाने लगता है यही कारण है आलस्य का एवं अविरति



का, तथा अविरति से भ्रान्ति के उत्पन्न होने का भी आपसी कारण है ।  
 भ्रान्ति ही आगे बढ़ती हुई अलब्ध भूमिकता का कारण बनती है । जहां विषयों  
 के संयोग का अंश रहेगा वहां भ्रान्ति रहेगी और यहां भ्रान्ति रहेगी , वहां  
 योग भूमि का मिलना असम्भव बना रहेगा , इसमें भी मनुष्य की विचारधारा  
 भ्रान्तमय दृष्टांतक बना रहती है और यहां द्विविध भाव रहता है वहां  
 योगोपलब्धि का सोचना ही असम्भव है , क्योंकि मनुष्य सांसारिक सुखों को  
 ज्यादा महत्त्व देता है । ऐ दूसरे को देखता हुआ ज्यादा आकर्षित होता है और  
 ऐसी स्थिति में वह यदि प्रयास करता भी है तो उसे उसके पूर्व के सांसारिक भोग  
 याद आते हैं जिन्हें अनुभूत विषय असम्प्रमोदा स्मृति भी कहते हैं जिनके कारण  
 वह अलब्ध भूमिकता का शिकार हो जाता है । "अनुभूतविषयासम्प्रामोदः स्मृतिः"  
 -पा०योग सू०

अलब्ध भूमि ही कारण बनता है अनवस्थितता की जब भूमि पर अपना  
 अधिकार ही नहीं रहेगा अर्थात् मन पर नियन्त्रण ही नहीं रहेगा तो इन्द्रिया  
 स्वच्छन्द विचरेगी कहीं उल्टे सीधे शब्द बोलेंगी तो किसी की वस्तु चुरायेगी  
 किसी को ठोकरे मारेंगी । जिसके कारण उसे उसकी स्थिति अधिकार पर नहीं  
 बन पाती है । अर्थात् अनवस्थित दोष उत्पन्न होता है । इसके अतिरिक्त  
 अनवस्थितता ही कारण है अलब्ध भूमिकता का ऐसा इसलिए कि जब मनुष्य की  
 स्थिति अर्थात् एक जगह स्थिरता नहीं होगी तब ऐसी स्थिति में उसे कुछ मिल  
 पाये अनुमान लगाना ही असंभव हो जाता है ।





अनवस्थितता हो दुःख का कारण बनती है जब कभी मनुष्य अपने आप को अस्थिर समझने लगता है जब उसे अन्यों को देख देख करके दुःख होता है । और दुःख का कारण अनवस्थितता बनती है ऐसे ही दुःख भी अनवस्थितता का कारण बनता है जब कभी उसकी इच्छा पूरी नहीं होती है तो वह उस काम को ही छोड़ जाता है वह भूल जाता है कि मनुष्य यहां से आया है वहीं जाता है और फिर वहीं से पुनः जन्म लेकर आता है ।

दुःख कारण है दौर्मनस्यता का और दौर्मनस्यता कारण है दुःख का लोभ एवं मोह के कारण दुःख उत्पन्न होता है लोभ लालच जब पूरा नहीं होता है तब मोह की उत्पत्ति होती है और मोह ही लोभ लालच कारण बनता है । अतः दोनों का सम्बन्ध धर्मिक है । मोहग्रस्त मनुष्य में क्रोध की ज्वाला भटक उठती है । शरीर कांपने लगता है तब अंग में जयत्व की उत्पत्ति दिखाई देती है अंग में जयत्व भी मोह का कारण बनता है जब वह अपने आप पर अपने क्रोध पर नियन्त्रण नहीं रख पाता है जब मोह की उत्पत्ति होती है और मोह से स्मृति भूट हो जाती है जो आगे दुःख का कारण बनती है । तथा अंग में जयत्व श्वास और प्रश्वास का कारण बनता है और श्वास प्रश्वास अंगमेजयत्व का कारण बनेत हैं जैसे अंगमेजयत्व से क्रोध उत्पन्न होता है और मनुष्य थर-थर कांपने लगता है तदनन्तर उसकी श्वास की ग्रहण एवं प्रश्वास छोड़ने की गति अतितीव्र हो जाती है जिसे श्वास प्रश्वास की संज्ञा दी जाता है इसी प्रकार से श्वास प्रश्वास ही इन सब विधियों के कारण हैं । यदि मनुष्य अपने प्राणवायु पर नियन्त्रण कर लेता है तो उसे कभी समस्याओं का सामना नहीं करना पड़ता , और यदि वह श्वास पर विजय पाने में असमर्थ रहता है तब वह अंग में जयत्व से लेकर आधि व्याधि



पर्यन्त दुःखों का शोकार धनता है । इसलिए ही योग में प्राणायाम को अत्यधिक महत्वपूर्ण माना गया है जो बाह्य समाधि का प्रधान अंग भी है और आभ्यन्तर का भी । जब मनुष्य प्राणायाम में अपनी सत्ता दृढ़ कर लेता है तब उसका मन स्थिर हो जाता है और जिसका मन स्थिर है उसे दुःख और सुख लुभा नहीं सकते जब लोभ पैदा नहीं होगा तब व्याधि का सोचना ही निमूल है । तथा समाधि का प्रादुर्भाव होने लगता है । इनसे यदि लौकिक भाषा या अलौकिक भाषा में देखें तो पता चलता है कि इनका सम्बन्ध पूर्व जन्मों से भी है । जैसे कई मनुष्य कहते हैं कि मैंने यहां कोई असहकार्य नहीं किया फिर भी व्याधियाँ उत्पन्न हो गईं आप ठीक कहते हैं परन्तु आपने पूर्व जन्म में तो कोई अच्छा कार्य भी तो नहीं किया ऐसे ही ~~ये~~ का विचार हो जाता है । यहां तक पूर्व जन्म की बात आती है वह भी द्विविध है । हर पल मरता है एवं जन्म लेता है जैसे - जो काम हम आज कर रहे हैं उसी के आधार पर हमारा कल आयगा अर्थात् जो हम आज और अब कर रहे होते हैं उसका फल आज और अभी प्राप्त नहीं होता किञ्चित् काल के बाद ही होता है तत्समय केवल आशा और विश्वास से ही सन्तोष करना पड़ता है । जाने वाला सग्य बताता है कि आपने कितने परिश्रम एवं संलग्नता से कार्य किया था जिसका फल आपको आपके परिश्रम के अनुसार मिल रहा है । जैसे एक व्यक्ति एम० ए० करके में अच्छे अंकों से उत्तीर्ण होता है तो दूसरा सामान्य से उत्तीर्ण होता है । हरेक कार्य का फल हमें पश्चात् मिलता है जो पूर्व के कर्म का अनुमान मापक होता है । परीक्षा आज हुई अर्थात् इस जन्म में हुई परिणाम कल अर्थात् दूसरे



जन्म में निकलता है यही सम्बन्ध है कि यदि हम अपने श्वास प्रश्वास पर विजय पाते तब कभी भी व्याधि तक की लम्बी रेखा त्रयोदश डिब्बों से रेल नहीं बनाती । जिसे सामान्य संसारी छींका है । इन्हीं दुःखों से बचने के लिए योग दर्शन का निमण हुआ है और इन पर अर्थात् श्वास प्रश्वासादि विक्षेपों पर विजय पाने के लिए योगदर्शन " प्राणायाम करने को कहता है एवं एक तत्त्व का अभ्यास का मार्ग प्रशस्त करता है जिससे सामान्य संसारी को भी दुःखों से छुटकारा मिल सके यही पातज्जल योगदर्शन का मत है " ।

### अष्टांग योग

आत्मलाभ & विवेक सिद्धि के लिए पांजल योगदर्शन में योग के आठ अंगों का सम्यक रूपेण वर्णन किया गया है । वह तो निर्विवाद है ही कि जब तक आत्मा का मन और बुद्धि पर एकाधिकार नहीं हो जाता तब तक उसमें निश्चिन्तता एवं समाधि योग की योग्यता नहीं आती है । जिससे वह अतम्बरा प्रज्ञा को प्राप्त हो सके । अतः शरीर, मन इन्द्रियों एवं बुद्धि की शुद्धि के लिए ही साधनों का निमण किया जाता है । जिससे द्रष्टा एवं दृश्य की भेदकता समाप्त हो सके अर्थात् आत्मा का साक्षात्कार कर सके । जिसके विषय दश स्मृति में कहा गया है कि -

"जिस राजा ने सम्पूर्ण विश्व को क्यों न जीत लिया हो वो विश्वजीत उपाधि से चाहे विभूषित हो । परन्तु वह वास्तविक रूपेण विश्व-विजेता नहीं है । विश्वविजयी वही है जिसने मन को जीता है ।" २

तदुपस्थिते चाप्येकतत्त्वाभिज्ञः ।  
बलेन पर राष्ट्रानि गृह्णन् शूरस्तु नोच्यते ।  
जितो येनेन्द्रिय ग्रामः स शूरः कथ्यते बुधः ॥-दो००, ४०-७, श्लोक १८



तभी तो कहावत है कि "मन के जीते जीत है, मने के हारे हार" ।  
 योगोपलब्धि के लिए मन को जीतना ही महान उपलब्धि है इस पर विजय के  
 बाद आत्म ज्ञान का शेष कार्य सरल हो जाता है । इस पर विजय पाना  
 इसलिए कठिन है क्योंकि यह योग वार्हि है और सबसे बड़ा वीर ॥ योद्धा ॥ है ।  
 जिसे स्मृतिकार ने कुछ निम्न प्रकार से स्पष्ट किया है कि "प्राणायाम से वचन  
 को, प्रत्याहार से इन्द्रियों को और धारणा की क्रियाओं से इस दुर्धर्ष मन  
 को वश में करना चाहिये" । तार्किक द्रष्टा का दृश्य से संयोग होने का मार्ग हो  
 सके इसी क्रमोपलब्धि एवं पतंजली अनुसार "द्रष्टा और दृश्य के संयोग की उस  
 अवस्था का नाम योग है जब द्रष्टा का दृश्य से तार जुड़ जाता है" <sup>1</sup> और  
 वास्तव में इसमें यदि कोई बाधक है तो "वह अविद्या ही है, अज्ञान ही है ।  
 जिसके विषय में ग्रन्थकार ने स्वयं अपने ही शब्दों में भी स्पष्ट कर दिया है कि  
 "ज्ञान प्राप्ति एवं द्रष्टा दृश्य के संयोग न होने देने का मुख्य कारण अविद्या ही  
 है" <sup>3</sup>

अविद्या को दूर करने के लिए ही महर्षि पतंजली जी ने बहुत ही विचार  
 धर्म से एक मार्ग का अनुसन्धान करके प्रकट किया, जिससे अविद्या जैसे विद्या  
 के घोर शत्रु का नाश हो सके, तार्किक मनुष्य जीवन सार्थक बने, तो वह ग्रन्थकार  
 के अनुसार योग के अंग है, जिनसे "द्रष्टा और दृश्य का विवेक से संयोग हो सके" <sup>4</sup>

1. प्राणायामेन वचनं प्रत्याहारेण चेन्द्रियम् ।  
 धारणाभिवशी कृत्वा पूर्व दुर्धर्षं मनः ॥-हा0फ0, अ0 - 7, श्लोक-4
2. स्वस्वामि शक्तयोः स्वरूपोपलब्धि हेतुः संयोगः ॥-पा0यो0द0 अ0-2, सू - 23
3. तस्य हेतुराविद्या ॥ - वही - , सू - 4
4. योगांगानुष्ठानाद् बुद्धिस्थे ज्ञानदीप्तिराविवेकख्यातेः ॥-वही-, सू0-28





## योगांगों की संख्या

महादि पातंजलि अनुसार योगांगों की संख्या आठ है -

यम , नियम , आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान एवं समाधि।

इसी प्रकार से शिव पुराण में आठ अंग ग्रहण किये गये हैं।

यम का अर्थ शुद्ध धार्मिक होना है। धर्म का पालन करते हुये योग पाना

है और इनकी संख्या पांच है - अहिंसा सत्य, अस्तेय ब्रह्मचर्य एवं अपरिग्रह।

### अहिंसा -

मन, वाणी, कर्म से अहिंसक बनना, न स्वयं हिंसा करना, न करवाना एवं न ही अनुमोदन ही करना। चाहे धार्मिक हिंसा ही क्यों न हो

महादि पातंजली अनुसार तर्क वितर्क से उससे बचे रहने में ही श्रेयस्वता है।

सत्य - मन कर्म वचन से यथार्थ प्रतिपादन करना ही सत्य है।

अस्तेय - मन - कर्म - वचन से कभी भी चोरी न करना ही अस्तेय है।

ब्रह्मचर्य - वीर्य पर विजय प्राप्त करना तेजस् को प्राप्त करना ही ब्रह्मचर्य

है।

अपरिग्रह - कभी भी किसी भी विकट परिस्थिति में किसी

भी वस्तु की अभिलाषा न रखना एवं धन-अन्न सञ्चय न करना

अपरिग्रह है।

क॥ यम नियमासन प्राणायाम प्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयोष्टावांगानि ॥  
- पाठयोऽदो ३०-२, सू० - २९

ख॥ शिवोपु० वायु सं० ३० - ३७, श्लोक अन्त में उद्धृत है।



समीक्षा

वस्तुतः व्यास भाष्य में लिखा गया है कि "शास्त्र की आज्ञा के बिना कभी भी किसी की वस्तु को न लेना अस्तेय है।" <sup>1</sup> एवं सत्य की व्याख्या में भी उन्होंने ऐसा ही विवेचना की है कि "सब भूतों के उपकार के लिए प्रवृत्त हुई हो तो सत्य है। न कि भूतों के नाशार्थ जो वाणी कही गई हो तो वह सत्य है।" <sup>2</sup> परन्तु यागी के लिए परमार्थतः शास्त्र विधि का पालन करने के लिए काना चतुराई है। क्योंकि व्यास ने आदिमा में तो ऐसी शास्त्राज्ञा का उपदेश तो नहीं किया है। परन्तु सत्य एवं अस्तेय में प्रतिपादित किया है और यह शास्त्र सम्मत जो सत्य की बात कही है यह ठीक "अश्वत्थामा मारा गया नर वा कुञ्जर है। यह पता नहीं" <sup>3</sup> जानते हुये भी ऐसी चतुराई योग सम्मत नहीं है। हां शास्त्र सम्मत हो सकती है। परन्तु शास्त्रों ने प्रथमतः मुख्य रूपेण वास्तविक सत्यादि का ही पालन करने को कहा है यहां तक कि योग पक्ष में ब्रह्मचारी को विवाह भी वर्जित है। जबकि शास्त्र सम्मत या० बल्क्य के अनुसार "ऋतुगामी भी ब्रह्मचारी होता है" <sup>4</sup> अतः शास्त्र ज्ञान की अपेक्षा आत्मज्ञान ही सच्चा ज्ञान है। इसी छद्म धर्म से तंग आकर व्यास जी ने नारद जी से प्रश्न किया था और उन्होंने श्रीमद्भागवत महापुराण की रचना की थी। <sup>5</sup> जिसमें उन्होंने आत्म ज्ञान के अनेक सुझाव दिये हैं।

1. स्तेयमशास्त्रपूर्वकं द्रव्याणां परतःस्वीकरणं तत्प्रतिषेधः ॥-पा०योग द० भोजवृत्ति, पृ० - 223
2. सर्वभूतोपकारार्थप्रवृत्ता न भूतोपघातयः ॥-पा०योगद०भो०कृ०, पृ०- 223
3. अश्वत्थामा हतो व नरो व कुञ्जरो वा ॥ मो भा० - द्रो०पर्व
4. ऋतुगमि निशास्त्रीणां तस्मिन् युग्मासु संविशेत् । - या०स्थ०आ० ३०-79
5. ब्रह्मपार्षेय पवण्याधायतस्तु वर्जयेत् । - श्लो० - ११ १५

भा० मो पु० २० १, ३० ५



व्यास भगवत् ने हिंसा मुख्यतः 81 प्रकार की गिनाई गई है ।

"हिंसादि तत्त्वक कृत = १ स्वयं की दुई । कारित = कराई गयी ।

अनुमोदित = हिंसक का अनुमोदन करना हिंसा करने वाले की प्रशंसा करना रूप

भी हिंसा होती है । लोभ क्रोध एवं मोह पूर्वक की गई हिंसा भी हिंसा ही

होती है और इन तीनों का योग मन्द - मध्य एवं तीव्र तीन भेदों से है और

यह मुख्यतः नव प्रकार की एवं भेदपूर्वक 81 १ इक्यासी १ प्रकार की हिंसादि

कर्म अनन्त दुःख एवं अज्ञान फल वाले हैं अतः प्रतिपक्ष का चिन्तन करना चाहिये ।

मृदु + मृदु । मृदु - मध्य । मृदु - तीव्र ।। मध्य मृदु । मध्य मध्य ।

मध्य तीव्र तीव्र मृदु । तीव्र मध्य । तीव्र तीव्र ।

इनके सूक्ष्माति सूक्ष्म प्रत्येक के नौ - नौ भाग बनते हैं जिनके गुणा करने से

81 की संख्या का योग बनता है । अतः किसी भी प्रकार की हिंसा आदि से

बचने में ही मुमुक्षु की योगसाधना में सरलता एवं सुगमता आती है । यही

सद् कर्म पूर्व जन्म के कृत्यों को भी शिथिल करते हैं, जिनके शिथिल होते ही

इह जन्म में ही योगी योग को प्राप्त होकर परमात्म तत्त्व में अपने की विलीन

कर लेते हैं ।

छत्र विशेष

क- अहिंसा

महर्षि पतंजली कहते हैं कि - "अहिंसा को प्राप्त योगी के समीप

निर्वैरता का वातावरण बन जाता है ।" 2

अन्यत्र भी बहुत से शास्त्रकारों ने अहिंसा पर बल दिया है परन्तु जैसा

बल एवं सुस्पष्ट भाव से महर्षि पतंजली जी ने अपने पातंजल योग दर्शन में वर्णन

1. बिलकरी हिंसादयः कृतकारितानुमोदितालोभक्रोधमोहपूर्वका मृदुमध्याध्मजत्रा

2. दुःखानानन्तफला इति पक्षभावनम् ।।-पा०यो०द० अ०-2, सूत्र - 34

अहिंसाप्रतिष्ठायां तत्सन्निधौ वैर त्यागः । -वही- सूत्र - 35





किया है वैसा हो सकता है कि किसी ने किया हो । म० पतंजली किसी प्रकार की भी हिंसा क्यों न हो, उसे योग पद्धति में स्वीकार नहीं करते हैं । जबकि अन्य शास्त्रों में धार्मिक हिंसा को हिंसा नहीं माना है । जैसे कूर्म पुराण में स्पष्टतः प्रतिपादित है कि "अहिंसापरम धर्म है अहिंसा से परे सुख भी कोई नहीं है । परन्तु विधिपूर्वक अर्थात् धार्मिक होने वाली हिंसा को भी अहिंसा मान लेना चाहिये ।" <sup>1</sup>

इसी प्रकार याज्ञवल्क्य स्मृति में भी पाया गया है कि "जब ऋग्वेद के अभाव में या रोग में ऋग्वेद के तबना प्राण बचना कठिन हो, श्राद्ध में, प्रोक्षण नाम के ऋग्वेद संस्कार में देवताओं की आहुति से अवशिष्ट, ब्राह्मण के भोजन या देवता के निमित्त या पितर के लिए बनाये गये मांस को देवता और पितरों की अर्चना करके खाने वाला दोष का भागी नहीं होता है ।" <sup>2</sup> परन्तु साथ ही अगले ही श्लोक में याज्ञवल्क्य लिखते हैं कि "जो किसी भी प्रकार से चाहे देवता या पितर के निमित्त ही क्यों न हो जो अहिंसा का व्रत ग्रहण करता है वह विप्र साक्षात् गृह में रहते हुये भी मुनितुल्य पूजनीय है ।" <sup>3</sup>

1. अहिंसा परमो धर्मः नास्त्यहिंसापरमसुखम् ।  
विधि या भक्षे हिंसा त्वहिंसेव प्रकीर्तिता : ॥ -कू०पु०अ०-३०, श्लो०-१५
2. प्राणात्यये तथा श्राद्धे प्रोक्षिते द्विज काम्यया ।  
देवान् पितृन्समभ्यर्च्य खादन्मांसं न दोषभाक् । श्रु० अ०अ० - १७९
3. सवन्नि कामानवाप्नोति हयमेधफलं तथा ।  
गृहेऽपि निवसन्विप्रो मुनिमतिदोर्ध्ववर्जनात् ॥ यजु० अ०अ० - १८१





जब हम वेद में प्रतिपादित पुरुष सूक्त या रुद्राष्टाध्यायी का पाठ करते हैं तब वहां पर जो मन्त्र हमें अर्थ ज्ञान करवाते हैं उनसे पता चलता है कि हम एक ही परमापिता परमात्मा की सन्तान हैं जैसे इस चराचर जड़ चेतन जगत् में जो भी उत्पन्न हुआ है वह परम पुरुष परमात्मा से ही उत्पन्न हुआ है अतः भगवान् कहते हैं कि यह सारी रचना एवं प्राणी समुदाय मेरे ही से उत्पन्न हुआ है ऐसा जानना चाहिये । चाहे उसमें दो चरण वाले प्राणी व मनुष्य है या पक्षी पशु या चतुष्पाद पशु विशेष या जो भी सकल जगत् में दृश्यमान है वह मुझसे ही उत्पन्न हुआ है और सबका कर्तृ में ही हूं ।<sup>1</sup> फिर भी प्राणी समुदाय एक दूसरे से घेर करता हुआ दिखाई देता है और इस तरह की घेरता की समाप्ति तब तक असम्भाव है जब तक कड़े निर्देश न दिये जायें जो धर्म से भी श्रेष्ठ हों । इसलिए पतंजली जी ने अहिंसा की विशद व्याख्या से पूर्व ही उन पर नियन्त्रण लगा दिया । अंकुश लगाते हुये निर्दिष्ट कर दिया था । ताकि मनुष्य या योगी यहां भी अन्य शास्त्रों में निर्दिष्ट धार्मिक हिंसादि को न जोड़ने पाये और मुमुक्षु को मोक्ष प्राप्त हो सके । इसलिए यह नियम की विवेचना से पूर्व "जाति, देश, काल एवं समय आदि को भी बाधित करके रख दिया कि चाहे कुछ भी हो योगी को किसी भी प्रकार की हिंसा स्वीकार्य नहीं होनी चाहिये । इन्हें अहिंसादि पांचों तत्त्वों के लिए सुकृत्य सार्कभौम महाव्रत मानना चाहिये ।"<sup>2</sup> ऐसा ग्रन्थकार का मानना है । यह सच्चाई

1. उं एतावानस्य माहमां तो ज्यायां च पुरुषः पादोऽस्य विश्वाभूतानि त्रिपादस्यामृतन्दिवि ॥ - रू० अ० - २५० सू० मं० - ३

2. जातिदेश काल समयानवच्छिन्नाः सार्कभौमा महाव्रतम् ।  
- पा० यो० अ० - २, सू० - ३।



भी है कि प्रभु का वास कण - कण में है हर जगह स्थान पर है । "हरेक मनुष्य पशु - पक्षी में तदनन्तर ब्राह्मण चाण्डाल भी तो उसके लिए समान है कोई भी स्थान उससे भिन्न नहीं है" और कोई भी समय उनसे परे नहीं है ।" तब ऐसे धार्मिक कृत्यों का प्रतिपादन कहाँ तक उचित हो सकता है अतः हिंसा हिंसा ही कहलाती है, चाहे वो धार्मिक ही क्यों न हो । इसलिए अहिंसा का पालन सबके लिए न सही परन्तु मुमुक्षु के लिये अनिवार्य है ।

सत्य

महर्षि पतंजली जी का कहना है कि "सत्य की प्रतिष्ठा से वाक् शक्ति अमोघ होती है" उसमें क्रिया - व्यापार की प्रतिष्ठा पैदा हो जाती है जिसे जो भी आशीर्वादात्मक वचन बोलवा दिये जायें वह सत्य हो जाते हैं चाहे वह उसका अधिकारी है या नहीं परन्तु सत्य के सेवन वाले योगी के वचन अमोघ ही होते हैं ?

जबकि सत्य भी जाति देश काल समय से अवर्धित होना चाहिये । खल कपट से रहित एवं यथार्थ होना चाहिये । युधिष्ठिर के सत्य जैसे सत्य को यहाँ बिल्कुल स्थान नहीं है ।

1. सिध्दाविनयसम्पन्ने ब्राह्मणे गवि हस्तिनी ।

शनि चैव श्वपाके च पाण्डिता समदर्शनः ॥ - गीता - 5/18

उं विष्णो रराटमसि विष्णोः शनज्जस्थो विष्णोः सूरसि विष्णोर्ध्रुवोऽसि

वैष्णवमसि विष्णवेता । - ५० अ० स्व० प्राचीना० अ० मं० - 3

इदं विष्णु चिक्रमे त्रेधा निदधे पदसु । समूहमस्य पा सुरे ॥ शु० यजु० वे० अ० - ३०

सत्यप्रतिष्ठायां क्रियाफलाश्रयित्वम् ॥ - पा० यो० द० अ० - 2, सूत्र - 39

2.



सत्य मनसा वचसा कर्मणा एवं व्यवहारिक सर्वत्र समदर्शी होना चाहिये ।  
जैसा देखा गया हो जैसा आप्त वाक्य पढ़ा हो और जैसा आप्त पुरुषों से ग्रहण  
किया गया है । वैसा ही व्यावहारिक भी होना चाहिये । क्योंकि सत्य  
को परमात्मा का रूप ही मानते हैं ।

श्री बाल्मीकि रामायण में बाल्मीकी लिखते हैं कि "यथार्थ" सेवन ही  
सत्य धर्म है । छद्म धर्म मुमुक्षु तो क्या सामान्य नागरिकों के लिए भी पथ्य  
होता हुआ भी अपथ्य है ।

सत्य का पालन ही राजप्रधान एवं वया प्रधान धर्म है, सत्य सनातन  
आचार है । सत्य में ही सम्पूर्ण लोक प्रतिष्ठित हैं<sup>१</sup> ॥

ऋषियों और देवताओं ने सदा सत्य का आदर किया है इस लोक में<sup>३</sup>  
सत्यवादी मनुष्य अक्षय परमधाम में जाता है । कभी भी झूठ नहीं बोलना चाहिए ।

झूठ बोलने वाले मनुष्य से सब लोग उसी तरह डरते हैं जैसे सांप से ।  
संसार में सत्य ही धर्म की पराकाष्ठा है और वही सब का मूल है<sup>४</sup> ॥

१ - अधर्म धर्म वेदेषु यद्यहं लोक सप्रकरम् ।  
अभिषत्स्येषुमं हित्वा क्रियां विधिर्विवर्जितम् ॥  
- बा० राम० अ० का० सर्ग- १०९, श्लो० - ६

२ - सत्यमेव नानुशंसं च राजवृत्तं सनातनम् । तस्मात् सत्यात्मकं राज्यं सत्ये  
लोकः प्रतिष्ठितः ॥ - वही - श्लो० - १०

३ - ऋषयश्चैव देवाश्च सत्यमेव हि मेनिरे ।  
सत्यवादी हि लोकेऽस्मिन् परं गच्छति चाक्षयम् ॥ - वही - , श्लोक- ११

४ - उद्भिजन्ते यथा सपत्निरादृतवादिनः ।  
धर्म सत्यपरो लोके मूलं सर्वस्योच्यते ॥ - वही - , श्लो० - १२





जगत् में सत्य ही ईश्वर है । सदा सत्य के आधार पर धर्म की स्थापना रहती है । सत्य ही सबकी जड़ है ॥मूल है॥ । सत्य से बढ़कर दूसरा कोई परमपद नहीं है । दान, यज्ञ, होम, तपस्या और वेद इन सबका आधार सत्य ही है ।

अतः सबको सत्यपरायण होना चाहिये ।

जो अपनी प्रतिज्ञा की झूठी करता है वह धर्म से भ्रष्ट हो जाता है और उसका किया हुआ यज्ञ देव एवं पितर भी स्वीकार नहीं करते हैं ।

पृथ्वी, कीर्त्ति - यज्ञ एवं लक्ष्मी - ये सब की सब सत्यवादी पुरुष को पाने की इच्छा रखती है और शिष्ट पुरुष सत्य का ही अनुसरण करते हैं ।

अतः मनुष्य को सदा सत्य का ही सेवन करना चाहिये ।

श्री माद्भागवत महापुराण में लिखा है कि "सत्य और मधुर भाषण को ही महात्माओं ने श्रुत कहा है ।

कूर्म पुराण भी यथार्थ सत्य के पालन पर बल देता है "उसमें स्पष्ट लिखा गया है कि सत्य यथार्थ होना चाहिये मन, वाणी कथनी एवं व्यावहारिक दृष्टि से समान होना चाहिये" ५ ।

- 
- १- सत्यमेश्वरो लोके सत्ये धर्म सदाश्रितः । सत्यमूलानि सर्वाणि सत्यान्नास्ति परं पदम् ॥
  - २- दत्तमिष्टं हुतज्यैव तप्तानि च तपानि च ।  
वेदाः सत्यप्रतिष्ठानास्तस्यात्सत्यपरो भवेत् ॥
  - ३- असत्यसंधस्य सतश्चलस्यास्थिरचेतसः ।  
नैव देवान् पितरः प्रतीच्छन्तीति नः श्रुतम् ॥  
भूमिकीर्त्तिर्यशो लक्ष्मीः पुरुषा प्रार्थयन्ति हि । सत्यसमनुवर्तन्ते सम्यमेव भजेत्तानि ॥  
- ब० रामा० अ० काण्ड-सर्ग - १०९, श्लोक - १३-१४, १८/२२
  - ४- अतं च सूनृता वाणी कविभिः परिकीर्त्तिताः ॥ श्री माद्भाग० पुरा० ॥  
अ० - १९, श्लोक - ३८ पूर्वार्ध
  - ५- सत्येन सर्वमाप्नोति सत्ये सर्वं प्रतिष्ठितम् ।  
यथायथैक्यनाचारः सत्यप्रोक्तद्विजातिभिः ॥ - कूर्मपुरा० अ०-३०, श्लोक-१६





मनु स्मृति कहती है कि "सत्य बोलना चाहिये परन्तु अप्रिय नहीं" । जब कि प्रिय लगता हुआ भी झूठ नहीं बोलना चाहिये । आगे एक कदम बढ़ाते हुये साथ ही लिखती है कि सत्य, मौन से भी श्रेष्ठ है एवं विशेष महत्त्वता रखा है ।

इसी प्रकार से सुस्पष्ट होता है सर्वसाधारण मनुष्य एवं विशेष मुमुक्षुओं को सदैव मनना घबसा कर्मणा यथार्थ सत्य का प्रतिपालन करना चाहिये ।। इससे मनुष्य को योग साधना में आने वाले किन्नों से छुटकारा मिल सकता है ।

अस्तेय

महर्षि पतंजली के अनुसार - अचोरी करने वाले व्यक्ति एवं मुमुक्षुओं के पास सभी दिशाओं से अच्छे - अच्छे सद्गुणोपेत रत्न पुरुष रूपी धन एवं ज्ञान रूपा धन स्वतः प्राप्त होता है ।<sup>2</sup> उन्हें किसी भी वस्तु को पाने के लिए उद्योग नहीं करना पड़ता है । उन्हें यदि उद्योगरत रहना भी हो तो केवल अस्तेय बने रहना चाहिये । यही उनका उद्योग है ।

1. सत्यब्रूयात्प्रियं ब्रूयात् ब्रूयात्सत्यभाप्रियम् ।  
प्रियं च नानृतं ब्रूयादेष्टार्थं सनातनः ।। -म०स्मृ० अ०-४, श्लो०-१३८
- मौनात्सत्यं विशिष्यते ।। - म०स्मृ० अ०-२, श्लो० - ८३
2. अस्तेयं प्रतिष्ठितं सर्वरत्नोपस्थानम् ।। - पा०यो०द०, अ०-२, सूत्र-३७



स्तेय कर्म सर्व प्रकार से निन्दक कर्म है एवं अस्तेय सर्वत्र प्रशंसनीय है ।

अस्तेय का अर्थ किसी भी प्रकार से चोरी नहीं करना है । जैसे कि कूर्म पुराण में लिखा हुआ है कि "किसी के द्रव्य का बलपूर्वक या अन्यायपूर्वक अपहरण करना ही स्तेय है और उससे मनसा वचसा कर्मणा विरक्त रहना ही अस्तेय धर्म है" <sup>1</sup>

महाधि याज्ञवल्क्य स्मृति में तो चोरी से होने वाले दोष ब्रह्म हत्या तक का निरूपण है और मनुष्य के अगले जन्म का वृत्तान्त भी बड़ा भय कारक स्पष्ट प्रतिपादित किया है । जैसे "पर द्रव्य एवं पर स्त्री अपहारक ब्रह्म हत्या से युक्त ब्रह्मराक्षस होता है" <sup>2</sup> आगे लिखते हैं कि "जैसी चोरी मनुष्य करता है वैसा ही निषिद्ध योनि को प्राप्त होता है" <sup>3</sup>

मनुस्मृति भी कहती है कि "जिस प्रकार से मनुष्य दूसरों का द्रव्य चोरी करते हैं या बलात् लेते हैं । वह अवश्य ही मर कर तिर्यक् योनियों को प्राप्त होते हैं" <sup>4</sup>

1. परद्रव्यापहरणं चौर्यादिवाऽथाबलेनवा ।

स्तेय तस्याना चरणदस्तेयं धर्मसाधनम् ॥-कू०पु०अ० - 30, श्लोक- 17

2. परस्य योनिं हृत्वा ब्रह्मस्वमपहृत्य च ।

अरण्ये निजलि देशे भवति ब्रह्मराक्षसः ॥ - या०स्०प्रा०अ० - 212

3. प्रदर्शनाथमितत्तु मयोक्तं स्तेय कर्मणि ।

द्रव्यप्रकाराणि यथा तथैव प्राणिजातयवा ॥ - या०स्०प्रा० अध्याय-4

श्लोक- 216

4. यदा तदा परद्रव्यमपहृत्य बलान्नरः ।

अवश्यं याति तिर्यक्त्व जग्ध्वा चैवाहुतं हवि ॥ मनुस्म०, अ०-12, श्लोक-68



अतः चोरी कर्म प्रधान धूर्त एवं सर्वत्र निन्दक है । जिससे समाज में भी उद्भिन्न आते हैं । जिस समाज में ऐसी कुसंस्कृति रहती है, वह कभी भी उन्नति एवं विकास का गति को प्राप्त नहीं हो सकता है । इसी प्रकार से जिस मुमुक्षु के अन्दर भी ऐसी लेशमात्र भावना भी रहती है, वह चाहे लक्ष कोटि प्रयत्न क्यों न करे कभी भी योग को प्राप्त नहीं हो सकता है । इसीलिए महर्षि पतंजली जी का अष्टांग योग आज भी प्रशंसनीय स्थान पर विराजमान है । दार्शनिक जगत् में ऐसी उपलब्धियां पढ़ने को बहुत कम मिलती हैं । यहां पर बलपूर्वक निर्देश किया गया है । धर्म से ऊपर उठकर बोलने एवं लिखने का प्रयास किया गया हो, मनुष्य एवं मुमुक्षु को पराकाष्ठा की प्राप्ति के लिए सदा अनवरत सम्यक् रूपेण पम पालन करना चाहिये । क्योंकि मनुष्य मरण धर्म है और उसका लक्ष्य केवल निःश्रेयस की प्राप्ति होनी चाहिये । तदनन्तर उस निःश्रेयस मार्ग पर चले हुये चाहे कितनी भी अड़चनें एवं किटन पैदा क्यों न हों उनसे कभी भी डगमगाना नहीं चाहिये । यही उसका वास्तविक धर्म है । तभी मोक्ष को प्राप्त हो सकता है । यही पातंजल योग दर्शन का भी विषय है जिस पर चलकर मनुष्य निःश्रेयस कैवल्य को प्राप्त होता है । अतः अस्तेय बने रहना चाहिये ।।

#### ४ - ब्रह्मचर्य

ब्रह्मचर्य रूपी समृद्धि को प्राप्त होने का अर्थ है अद्भुत तेज की प्राप्ति ।

सर्वप्रथम यह जानना जरूरी हो जाता है कि ब्रह्मचर्य क्या है ? और

कितने प्रकार का है ?



पातंजल योग दर्शन के अनुसार ब्रह्मचारी कैसा होना चाहिये ?

विवर्धित या अविवर्धित ।

ब्रह्मचर्य से सनातन को कौन - कौन से लाभ मिल सकते हैं ।

पाठ योग सूत्र अनुसार ब्रह्मचर्य की प्रतिष्ठा से वीर्य लाभ होता है ।

वीर्य का अर्थ - शूर वीरता बल पराक्रम बहादुरी - शक्ति - ताकत ॥ धातु ॥

उत्तर - 1. ब्रह्मचर्य द्विविध पढ़ने को मिलता है - एक तपोनिष्ठ नैष्ठिक

ब्रह्मचारी । आजन्म जीवन यापन करने वाले वे ब्रह्मचारी जो सदा अपने

आचार्य के समीप या आचार्य पुत्र, पत्नी या होमाग्नि के समीप वेदाध्ययन

पूर्वक व्यतीत करें ।<sup>2</sup>

उत्तर - 2. "द्वितीय श्रेणी में वे आते हैं जो गृहस्थी होकर ऋतु धर्म के पालन

की विधि अनुसार समय तिथि आदि विचारपूर्वक स्वस्त्री सग ऋतुगमन करते हैं ।"<sup>3</sup>

1. ब्रह्मचर्य प्रतिष्ठायां वीर्य लाभः ॥ - पाठ योग सूत्र - 2/38

2. नैष्ठिको ब्रह्मचारी तु वेदाचार्य सन्निधौ ।

तदभावस्य तनये पत्न्यां वैश्वनरेऽपि वा ॥

अनेन विधिना देहं सादयन्निर्वर्जितेन्द्रियः ।

ब्रह्मलोकवारनोऽग्निं चेहजायते पुनः ॥ - पाठस्मृ० आचाराध्याय : 49, 50

3. षोऽशुर्निशाः स्त्रीणां तस्मिन्पुग्मासु संविशेत् ।

ब्रह्मचार्ये वषाट्पिषाद्याश्चतसस्तु व्रज्येत् ॥ - आ० अ० 79 धा. ए. ०





पातंजल योग दर्शन के अनुसार केवल योग के योग्य नैष्ठिक ब्रह्मचारी ही लिये गये हैं। क्योंकि महर्षि पातंजली जी ने अहिंसादि इन पांचों धर्म साधनों को वर्णन करने से पूर्व ही जाति देश काल समय से अनर्वाच्छन्न कहकर प्रतिबन्ध लगा दिया है, जिसके कारण द्वितीय श्रेणी के ब्रह्मचारियों के क्लेश में पातंजल योग दर्शन के अनुसार योग योग्य मानना सदा सर्वदा दुष्कर है त्याज्य है। अतः केवल वही योग योग्य है जो सम्पूर्ण रूप से नैष्ठिक ब्रह्मचर्य का पालन करते हैं। उन्हीं को दुर्लभ्य वीर्य शक्ति प्राप्त हो सकती है जिससे वे योगबल को प्राप्त कर सकते हैं और ब्रह्म लोक की प्राप्ति भी होती है। इसी नैष्ठिक ब्रह्मचारी के समर्थन में ही कूर्मपुराण में मिलता है। जैसे -

"ब्रह्मचर्य का प्रतिपालन कर्म, वचन, मन से सदा सर्वदा सभी अवस्थाओं सभी प्रकार के मैथुन त्यागादि से दूर रहते हुये व्रत पालन करना चाहिये।"

ऐसी ही विधि से रक्षित ब्रह्मचर्य योग साधना में बल प्रदान करता है जिसे भगवान श्री कृष्ण जी ने भी भागवत महापुराण में इस प्रकार से वर्णन किया है -

"याद ब्रह्मचारी का विचार हो कि मैं मूर्तिमान वेदों के निवास स्थान ब्रह्मलोक में जाऊँ, तब उसे आजीवन नैष्ठिक ब्रह्मचर्यव्रत ग्रहण कर लेना चाहिये। और वेदों के स्वाध्याय के लिए अपना सारा जीवन आचार्य की सेवा में ही समर्पित कर देना चाहिये। ऐसा ब्रह्मचारी सचमुच ब्रह्म तेज से सम्पन्न हो जाता है और उसके सारे पाप नष्ट हो जाते हैं। उसे चाहिये कि अग्नि, गुरु

कर्मणा मनसा वाचा सर्वविस्थासु सर्वदा ।

सर्वत्र मैथुन त्यागं ब्रह्मचर्यप्रचदाते ॥ - कूर्मपुराण अ० - ३० श्लोक - १८



अपने शरीर एवं समस्त प्राणियों में मेरी ही उपासना करे और यह भाव रहे कि मेरे तथा सब के हृदय में एक ही परमात्मा विराजमान है । ब्रह्मचारी वानप्रस्थ एवं सन्यासियों को चाहिये कि वे स्त्रियों को देखना स्पर्श करना, उनसे बातचीत करना, या हंसी मसरहरी आदि दूर से ही त्याग दें और भूत प्राणियों पर भेषुन करते देखकर भी दृष्टिपात न करे ध्यान न दें । तथा शौचादि नियमों का पालन करें । शौच, आचमन स्नान, सन्ध्योपासन, सरलता, तीर्थ सेवन, जप समस्त प्राणियों में मुझे ही देखना । मन, वाणी एवं शरीर का संयम, ये ब्रह्मचारी के लिए परम नियम है । अस्पृश्यों का न छूना, अभक्ष्य को न खाना और जिनसे बोलना हो, न बोले, ये भी नियम हैं । नैष्ठिक ब्रह्मचारी ब्राह्मण इन नियमों का पालन करने से अग्नि के समान तेजस्वी हो जाता है । तीव्र तपस्या के कारण उसके कर्म - संस्कार भस्म हो जाते हैं, अन्तःकरण शुद्ध हो जाता है और वह मेरा भक्त होकर मुझे प्राप्त कर लेता है अर्थात् ऐसा नैष्ठिक ब्रह्मचारी ही परमात्मा को प्राप्त कर लेता है ।

यथसौ छन्दसां लोकमारोक्षन् ब्रह्मकिष्टम् ।  
 गुरवे विन्यसेददेहं स्वाध्यायार्थं बृहद्व्रतः ॥  
 अग्नौ गुरावतात्मानं न तर्कितेषुमां परम् ।  
 अपृथग्धी रूपासौत ब्रह्मवर्चस्तद्व्यकल्मषः ॥  
 स्त्रीणां निरीक्षणस्पर्शसंलापध्वेलनारिक्म् ।  
 प्राणिनो मिथुनी भूतानगृहस्थोऽग्नस्त्यजेत् ॥  
 शौचमाचनं स्नानं सन्ध्योपासनमार्जवम् ।  
 तीर्थसिवा जपोऽस्पृश्याभ्यासाभ्याज्यवर्जनम् ॥  
 सर्वश्रमप्रयुक्तोऽयं तं धमः कुलनन्दन ।  
 मन्त्रावः सर्वभूतानां मनोवाक्यसंभवम् ॥  
 एवं बृहद्व्रतधरो ब्राह्मणोऽग्निं खिज्वलन् ।  
 मद्भक्तस्तीव्रतपसा दग्धकमशियोमलः ॥



### अधमर्च्य रोग

अ-1 अधमर्च्य के नष्ट होने से शारीरिक रोगों की उत्पत्ति होती है जैसे -

शुक्र के अधिक पतन से शीघ्र बल नाश, ऊरु शिथिलता, शिर, मूत्राशय गुदा मूत्रेन्द्रिय, वंक्षण प्रदेश, ऊरुजान, जंघा अरुधरोमे शूला, हृदय में अधिक धडकावट, नेत्रों में वेदना, अंग में शिथिलता, शुक्र मार्ग से रक्त निकलना, धूकने से रक्त निकलना, शुरूक व्यास रोग, छांसी, कमर का कमजोर होना, कब्जीयत, जड़ता, शरीर का कांपना, गुदा का खींचा जाना, मूत्रेन्द्रिय में कमजोरी, मानसिक वेदना, हृदय का कांपना, सन्धि घोघे पीड़ा होती नेत्रों के आगे अन्धकार छा जाता है।

- 
1. व्यवायादाशुबलनाशो ..... अवलुप्यतइतिगुदः ।  
 तादयत् एव मेद्रं उवसी दमी मनो, वेपते हृदयं पीडयन्ते सन्ध्यःतमः  
 प्रवेशयतइव च ॥ - चरक उत्तरवस्ति सिद्धिरध्यायः 12 ग्ये च ।



## पृ-2 योग, ब्रह्मचर्य एवं समाज

युवल यजुर्वेद के इस मन्त्र से ब्रह्म तेज की सम्पन्नता का पता चलता है । इससे स्पष्ट होता है कि जो देश राष्ट्र वीर्य बल से सम्पन्न होता है वहाँ की प्रजा स्वस्था रहती है । सभी का मन अनडवान ॥ एवं धेनु-इन्द्रियां सुस्वस्था होती हैं । स्त्रियां युवातयां ॥ अच्छे-अच्छे बलशाली युवकों का वरण करके अच्छी - अच्छी पुत्र रूपी सन्तानों को वर्णा करती हैं और उन युवतियों के स्तनों में दुग्ध रूपी और्ज्यधियां भी तेज से सम्पन्न होती हैं जिनका पान करके पुत्र रूपी कल अवर्कसित होते हुये युवावस्था को प्राप्त होते हैं ।

जिस देश में बलशाली वीर्यवान पुत्र उत्पन्न होंगे और उनसे रक्षित सीमाओं को बलपूर्वक शत्रु कैसे लांघ सकता है ? वेद भगवान कहते हैं कि हे यजमान ! तुम ब्रह्मचर्य का गृहस्था धर्म के अनुसार पालन करते हुये आनन्द को लूटो और प्रशंसनीय बनने का सतत प्रयास करते रहो यही मेरा अर्थात् वेद भगवान का उपदेश है, तेरे लिए जाशीर्वाद है ।

1. ॐ आब्रहमन् ब्रह्मवर्चसि जायतामाराष्ट्रे राजन्यः शूरद्वष्टयोति  
व्याधमहास्थो धेनुर्वीनडवानाशुः पुरन्धर्योऽपि जिष्णु रथेऽठाः ।  
समेयो युवास्थ यजमानस्थ जायतां निकामे निकामे नः पर्जन्यो  
ऽभिष्वसु कलवत्यो न ओषधयः पच्यन्तां योगक्षेमोनः कल्पातम् ॥

- शु0 यजुर्वेद ॥ अ० २७ अ० ३२





५-३- ब्रह्मचर्य विशेष —

आज हम इस भौतिक जगत् में देख सकते हैं कि जितनी इस जगत् में विज्ञान के क्षेत्र में उन्नति की है उससे कहीं अधिक मनुष्य के जीवन क्षेत्र में अवर्ति को प्राप्त हो चुका है। आज से कुछ वर्ष पूर्व फिर भी मनुष्य सुख चैन से नींद ले कर सोता था, काम करता और आज से कहीं ज्यादा प्रसन्न चित्त था। परन्तु आज ऐसा कोई विरला ही पुरुष दिखाई देता है जो अपने आप को स्वस्था कर सकता है। जैसे जैसे विज्ञान ने नये-नये क्षेत्रों में उन्नति की वैसे-वैसे नये-नये रोगों ने मनुष्य को धर लिया। ऐसा नहीं है कि ऐसे रोग पहले नहीं हुआ करते थे और उनका उपचार नहीं होता था। आयुर्वेद की सम्यक् पद्धति तब आज की अपेक्षा कहीं अधिक कारगर थी। परन्तु कालक्रम में चलकर उसका अतिशयात्मक लोप होना मनुष्य जीवन के लिए अति दुःस्वाधी बन चुका है। गांव-गांव में निष्पक्ष भाव रखने वाले निस्वार्थ सेवार्त नाड़ी परीक्षक वैद्य ऋक्षीम ऋलुप्त प्रायः देखे जा सकते हैं। जिसका कारण राज्य सरकार एवं केन्द्र सरकार दोनों ही है। दूसरा कारण पाश्चात्य वैद्य रहे जिन्होंने इस पद्धति की अवहेलना की और अपने सिक्के को स्थापित करने के लिए प्रशासन को बाध्य कर दिया।

आयुर्वेदिक पद्धति में अन्तर इतना ही मात्र था यहां आज विज्ञान शैल्य चिकित्सा में अग्रसर था वो इतनी सक्षम नहीं थी। परन्तु यदि उसे समर्थन मिलता तो वह भी इसमें उन्नति प्राप्त करती परन्तु उसे अवसर ही नहीं दिया गया। जबकि सब जानते हैं कि सत् तो सत् ही होता है। असत्य का समाज बहुत देर तक जीवित नहीं रह सकता है ऐसे ही है आयुर्वेद भी जो आज पुनः काल क्रमानुसार



पुनः विकसित हो चुका है जिसकी आवश्यकता केवल भारतवर्षी, एशिया में ही नहीं समझी जा रही है अपितु सकल जगत् इस पद्धति के, प्रति आशावान् दिखाई दे रहा है। शेष बात आती है शल्य-चिकित्सा एवं यन्त्र परीक्षण सेवा की तो उसे आज पूर्णतया विकसित कहना अनुरचित ही लगता है। बहुत से उदाहरण आज भी वर्तमान हैं जो परीक्षणों में पूर्णतया स्वस्था दिखाई देते हैं, परन्तु वास्तव में रोगी होते हैं जिनका उपचार रोगी के कहने पर आज के ऐलोपैथिक वैद्य को अनुमान के आधार पर करना पड़ता है जो कि अनुरचित सा लगता है।

हम मानते हैं कि कोई भी नई वस्तु उत्पन्न होती है तो उससे घृणा नहीं करनी चाहिये। सद असद दोनों में कहीं न कहीं कोई न कोई भाव छुपा होता है सद पूर्ण स्वस्था होती है परन्तु सूक्ष्म होती है जबकि असद भारी होती है ऐसे ही जैसे देव एवं राक्षस। लेकिन हम देवताओं के साथ-साथ राक्षसों के बल एवं शौर्य की अनदेखी नहीं कर सकते। उनके मदमस्त शरीरों का भी हमें पूर्ण परिचय होना चाहिये कि ये कैसे विकसित हुये? इनका पथ क्या है और पाचन प्रक्रिया क्या है। ये दोनों ही महत्वपूर्ण तथ्य हैं जो मानव के लिए आज बहुत ही लाभदायक सिद्ध हो सकते जिनका उल्लेख सविस्तार आयुर्वेद शास्त्रों के अन्तर्गत आज भी पढ़ने को मिलता है। जिनकी टिप्पणी में यह पाया जाता है कि राक्षस लोगों को बलशाली करने वाले द्रव्यों में एक तिल का तैल भी था, जो शरीर को स्वस्था बनाये रखने में महत्वपूर्ण होता था। जिस का आज भी भारतीय समाज के अन्तर्गत महत्वपूर्ण स्थान है। जिस वातलाप की चर्चा करना चाहते हैं वह रोग होर रोगों के कारण।



राग एक ऐसा पदार्थ है जिसे शरीर का अन्दरूनी शत्रु कह सकते हैं जो बिना गाली गलौच ॥ दुरुक्ति ॥ के नुष्य को उकसाता है और बिना शस्त्र अस्त्र के घायल करके या तो तड़पने के लिए विवश कर देता है या काल का शास बनता है । यह एक ऐसी नामुराद नाम है जो बड़े - बड़े योद्धाओं एवं वैज्ञानिकों एवं बड़े-बड़े बुद्धिजीवी डाक्टरों को भी नहीं जीने देता है । किसी को अर्बुद का आर्य मृगी बनाता तो किसी को हृदय रोग से ग्रस्त कर लेता है । किसी को एच वी आई के संक्रामक विषयणुओं ॥ ऐड्स ॥ आदि से ग्रस्त कर जीवन लीला को काल कवलित कर रहा है । इससे अतिरिक्त आज हिप्पों नार्सिटिक्स रोग का भी नाम सुनने को मिल रहा है परन्तु हम ऐसा नहीं कर सकते हैं कि ये आज के युग की देन है या पूर्वकाल में नहीं रहे होंगे । ये पूर्वकाल में भी थे परन्तु नामों में ॥ संज्ञा में ॥ अन्तर रहा होगा । जिसे आज का विज्ञान ऐड्स संज्ञा देता है । वह वास्तव में पहाड़ी रोग के ही समतुल्य तो है जो कि स्त्रियों एवं पुरुषों दोनों को हुआ करता था जिसका उपचार घिरला होता था । परन्तु आज उससे साधारण वैद्य विमुख है । हिन्दी एवं हमारी लौकिक भाषाओं का स्थान जबसे अंग्ल भाषा ने लिया है तब से सबसे अधिक हानि यदि किसी देश को हुई है तो वो वास्तव में भारतवर्षियों को हुई एवं उन्हें भी हुई जिन्होंने अपनी भाषा एवं संस्कृति से वंचित होना पड़ा है । यह भी एक रोग है जिसे समाज की एवं प्रशासन की कमजोरी भी कह सकते हैं । कमजोर उसे ही कहते हैं जिसमें शक्ति कम हो जाती है जिसे संस्कृत भाषा में वीर्य-तेज-ब्रह्मचर्य एवं अंग्ल भाषा में weakness, loss of Power





यह एक ऐसा तथ्य है जो दृश्य होता हुआ भी अदृश्य है और जिसका ज्ञान मात्र सांगती एवं स्वयं पुरुष को होता है। या उसे होता है जो समाज के स्वास्थ्य का शुभ जानना करने वाला मनोयोगी एवं निस्वार्थ शास्त्रवेत्ता हो। इनमें भी विशेषकर ज्योतिष एवं योग का मुझे पूरा - पूरा साथ मिला और सबसे अधिक सहयोग प्रभु एवं लोक सेवा से मिला जिसके कारण यहां पूर्ण विश्वास से अनुभव को उपस्थित करने में बल भी मिला। सबसे बड़ी उपलब्धि का कारण है लोगों से सदा सम्पर्क। जो कि मात्र 25 से 35 वर्ष के आसपास लोगों के सम्पर्क सूत्र में बन्धना था। यह भी आज के वैज्ञानिकों की भूल ही कहनी जायेगी कि यह रोग केवल उन्हीं को होता है जो वैवाहिक योग्य या सूत्र में बंधी हैं तो ऐसा मानना अनुचित है। यह रोग मात्र आजन्म भी होता है और आनुवंशीय भी हो सकता है। जिसे डोगरी में दखौंततरा या अवस्था के अनुसार जागे चल मेह-प्रमेह-मधुमेह की संज्ञा दी जाती है कारण एक ही होता है वीर्य की कमी का होना या विकरित ॥ विकीर्णता ॥ को प्राप्त होना इत्यादि। यह रोग अपने रंग रूप को बदलता रहता है और अनेक संज्ञाओं को प्राप्त होता है। जो असमय सुखी जीवन को बर्बाद ॥ समाप्त ॥ करके रख देता है। वीर्य रत्न एक ऐसा अनमोल रत्न है जो अमूल्य है हरेक वस्तु या अंग मनुष्य में प्रत्यारोपित होता है रूँ, मज्जा, मांस, नाड़ियें, बाल, हृदय, टांगें, अण्डकोष ॥ गुर्दे ॥ इत्यादि परन्तु वीर्य की कमी को कोई पूरा कर सकने वाला द्रव्य जो मनुष्य में डालकर यथावत् बनाया जा सके अभी तक प्रदर्शित नहीं हो सका है। यह वैसा ही तत्व है जैसे गाड़ी में ग्रीस जो गाड़ी के कलपुर्जों के बार-बार गुंथे होने पर बार-बार आरोपित की जाती है। ग्रीस के





समाप्त होने पर पुर्जें आपस में रगड़ खाते हुये घिसने लगते हैं एवं लोहा पतला पड़ जाता है ठीक ऐसे ही वीर्य की कमी के कारण हड्डियों एवं शरीर के जोड़ों में शुष्कता आ जाता है और कड़ाक - कड़ाक के शब्द जोड़ों से उत्पन्न हो जाते हैं जो शनिः - शनिः शारीरिक वायु एवं कफ को अतिशयात्मक रूपेण प्राप्त होकर एवं पित्त के विकारित होने पर पुष्प रोग ॥ वीर्य रोग ॥ रूपी महामारी का शिकार होकर देहावसान का कारण बनते हैं। यह रोग केवल पुरुषों में ही नहीं होता है अपितु स्त्रियां भी इस रोग से ग्रसित होती हैं। पुरुष तत्व को वीर्य कहते हैं तो स्त्री तत्व को रज की संज्ञा प्राप्त है। परन्तु काम दोनों का एक ही है। जब यह स्त्री जाति से अधिक निःसृत हो जाता है तो उसे कमर में पीड़ा उत्पन्न हो जाती है। भोजन अरुचि कर कहते हैं। वास्तव में रोग भी वहां उत्पन्न होते हैं जहां वीर्य में कमजोरी निर्बलता दिखाई देती है। अतः इसे हम सक्षेप यही कह सकते हैं कि जिसमें वीर्य की हीनता है कमी है वही रोगी है और कमजोर है। इस कमजोरी या निर्बलता का शिकार केवल मानव ही नहीं है बल्कि वो समाज भी है जिसने अपने बल को न समझ कर और दूसरी संस्कृति के आगे झुक कर समर्पण कर दिया। जिसका मुख्य कारण था समाज, भाषा, एवं संस्कृति की पूर्णतया अविकसितता जिस समाज की भाषा एवं संस्कृति विकसित होती है एवं जिसके संरक्षक युस्त दुरुस्त होते हैं वह कभी रोग का शिकार नहीं होती है। काल ग्रसित वही होती है जो अविकसित है और जिसके संरक्षक निर्बल हैं। ऐसे रोगी भी वही हैं जिसमें वीर्य की कमी है। ऐसा हो ही नहीं सकता है कि जो वीर्यवान है उसे कोई रोग हो। जिसका समर्थन हमारे शास्त्र भी करते हुये कहते हैं कि "रोगी वही होता है जो अधातु होता है।



विद्वान् वदन्ति ते जो अधीयान् शब्दों को प्रयोग में लाता है । नास्तिक वह है जो प्रभु पर निषेधास नहीं करते और चन्द्रमा केवल अमावस्या के पश्चात् पड़ने वाली प्रातःपदा को दिखाई नहीं देता है । धातु एवं शब्द निर्माणार्थ उत्पन्न व्याकरण सूत्र हमें उपरिलिखित तथ्यों की जानकारी भी उपलब्ध कराते हैं जिनमें कुछेक मुख्य हैं ।" इसी प्रकार से ज्ञात होता है कि जीवन को स्थिर यदि रखना है तो धीर्य पर नियन्त्रण माना परमावश्यक है । परन्तु यह भी सत्य है कि आज भी वैद्य इस धर्म पर प्रकाश नहीं डाल सका है । आज भी उनकी यांत्रिक प्रयोगशालाएँ जितनी आधुनिक अन्य देशों में विकासदर से ऊँची है उतनी ही नहीं बल्कि इस देश में बिल्कुल ही नहीं इस प्रतिशत असफल है जिसमें स्वयं का अनुभव पूर्णतः लिखने तक जा पहुँचा है । बहुत से पारिवारिक कुटुम्ब ॥ गृहस्थी ॥ ऐसे हैं जिनके सन्तान न हो रही है । जबकि डाक्टरीय परीक्षणानुगत वह पूर्णतः उत्तीर्ण हैं । परन्तु वे उत्तीर्ण होते हुये भी अनुत्तीर्ण है जिसको स्वयं यदि समाज चाहे तो व्यक्तियों को उपस्थित रखा जा सकता है । कारण धीर्य की क्षति को प्राप्त होना , धीर्य का पतला पड़ जाना, पूर्णतः सम्भोग से पूर्वपतित हो जाना ऐसे ही जैसे अश्वक पर बीज पड़ा रहे अर्थात् प्रसव उत्पत्ति स्थल से पूर्वमेव पतित होना एवं धीर्य में विकार उत्पन्न होना पाये गये हैं जिसका ज्ञान हमें गृह ज्ञान से करवाया है तथा हमारी परिस्थितियों ने अर्जित करने के लिए न चाहते हुये भी निषेधास किया है ।

उक्त विद्वान् को दृष्टो वचन ब्रूते को रोगी कश्च नास्तिकः ।

की दृष्टि चन्द्रं न पश्यन्ति पार्ष्णिमि तत् सूत्रं वद ।

॥ अर्थवदधातुरप्रत्ययः प्रातिपदिकम् ॥ अथर्व-अधातुः-अप्रत्यय-प्रातिपदिकम् ।

- पार्ष्णिमि य व्याकरण (१६०/१०) अ० ५० ॥ १५५



समय पर धुआ नहीं लगती अतमय भोजन एवं मुख सुखने लगता है । गले से नीचे पीड़ा उत्पन्न हो जाती है । वक्षस्थल में भी पीड़ा उत्पन्न होती है । वैद्य यंत्रों से अदृश्य रहती है । शूलिक कक का वेग बढ़ जाता है व्यक्ति रोगग्रस्त होता है परन्तु वैद्य विशारद डॉक्टर रोगी को बहमी कहने लगते हैं । यही रोग आगे बढ़ता हुआ यकृत रोग, प्लीहा रोग, यक्ष्मा रोगादि का कारण बनता है । इसके अतिरिक्त उन्माद रोग का भी कारण बनता है जब यही वीर्य प्राकृतिक अवस्था से शरीर में अधिक बढ़ जाता है जब भी यदि कम हो जाये तब भी । दोनों ही प्रकार से उन्माद का कारण बन जाता है । जिसका उल्लेख स्वयं लिखित जीवशतकम् में परीक्षित रूपेण संकलित हो चुका है । परन्तु इतना ही नहीं बल्कि गलत उपचार एवं निदान से यही वीर्य रोग कुष्ठ को अर्बुद कैंसर या प्रण रोग का भी कारण बनता है । जैसा कि पूर्व लिखा जा चुका है कि इसका पता लगाने में आज भी वैद्य चिकित्सा पद्धति एवं यांत्रिक प्रणाली अर्धकार्थिक रूपेण असफल सी दिखाने देती है । दूसरा कारण इस पर अनुसंधान न होना है । यही तेज है जो चराचर जगत् को प्रकाशित करता है । इसे सूर्य भी कह सकते हैं जैसे सूर्य प्रकाश के बिना सकल जगत् अन्धेरे की चपेट में आ जाता है ऐसे ही वीर्य की कमी के कारण भी सकल शरीर में अन्धेरा छा जाता है । यद्यपि सौर ऊर्जा या विद्युत प्रकाश से हम प्रकाश पाते हैं परन्तु उतना नहीं जितना सूर्य देव प्रकाशित करता है अर्थात् जो ईश्वरीय प्रकाश है वह सत्यभूत सम्पूर्ण जगत् को आलोकित करने वाला सूर्य देव में ही विद्यमान है । मनुष्य मात्र द्वारा निर्मित एक जुगुनु के तुल्य ही तो है । ऐसे शरीर में भी होता है ।



ऐसा नहीं कि इस तत्व का देह से नाश हो जाता है बल्कि जैसे बादलों के छा जाने से कभी कभी हम देखते हैं कि दिन में अन्धेरा छा जाता है वैसे ही मनुष्य जीवन में भी इसकी कमी से एवं रोगों के छा जाने से होता है । उसकी ही न्यूनता से मनुष्य की प्राकृतिक नेत्र दृष्टि में कमजोरी आ जाती है । वही मनुष्य जो अपने पुत्रों को कमी अच्छी तरह पहचानता था आज पहचानने में असमर्थ हो जाता है , श्रवण-इन्द्रिय कमजोर पड़ जाती है , दांतों की चर्बन क्षीण हो जाती है । दान्त टूटने का कारण भी प्रमुख रूपेण यही है एवं मनुष्य की सांस अधिक फूलने लगती है । घबराहट आती है रात को सुख से नींद नहीं आती बुरे - बुरे स्वप्न देखता है , जिसमें मृत शरीरी बच्चे , रात को स्वप्न में बुराचार से ग्रसित होना जल में नहाना , भोग करना अग्नि इत्यादि का दर्शन होना एवं डर के मारे दौड़ना पहाड़ों पर चढ़ना चढ़कर गिरना , गिर कर घबराना इत्यादि सब कुछ अशुभ घटित होने लगता है यह एक ऐसे तथ्य हैं जो सर्वत्र समाज में उपलब्ध है परन्तु महत्वपूर्ण होते हुये भी इन पर बिल्कुल ध्यान नहीं दिया जा रहा है ।

ऊपर चर्चा अधिकतर स्वप्न की हुई जबकि दिन में भी जागते समय बैठे खिठाये इन्हें मृत प्राणियों के दर्शन होने लगते हैं चलते - चलते गिर जाना , अधिकतर एक स्थान पर बैठ नहीं सकना , चले - फिरते रहना , हर कार्य तेजी-तेजी से करना , जल्दी - जल्दी बोलना धैर्य की कमी सहिष्णुता का नाश & निरर्थक बहस करना असमय कार्य करना , विस्मृति को प्राप्त होना , सही उपचार को न निम्ना पाना एक कार्य पर से सहसा मन का चुराना ,





देखा देखी करना अपने पर स्थिर न रहना इत्यादि ही नहीं बल्कि ओर भी  
 बहुत से द्वेष हैं जिनका अनुमान कमजोरी है सबसे बड़ी बात अपने आप में  
 विश्वास की कमी एवं मानसिक दुर्बलता है। यह मानसिक दुर्बलता एक द्वेष में  
 ही नहीं बल्कि हर एक क्षेत्र में देखी जा सकती है। ऐसे लोगों के पास उत्साह  
 अधिक एवं बल कम होता है। यही कारण है कि बहुत जल्दी लड़ाई - झगड़ों  
 का शिकार हो जाते हैं। आप देख सकते हैं कि मस्त सांड की अपेक्षा निर्बल बैल  
 ज्यादा जोश दिखाता हुआ हुंकार नाद करता है। ऐसे ही मनुष्य की निर्बलता  
 है। यही लोग ऐसे होते हैं जो अन्ध विश्वास का शिकार हो जाते हैं और समाज के कुछ तांत्रिकों  
 ही हत्या लगती है अभिचार कर्म से ग्रसित हो जाते हैं और समाज के कुछ तांत्रिकों  
 के द्वारा ठगे जाते हैं। मूल रूपेण कारण एक ही है वह है इस ओर समाज के  
 वैद्य विशारदों का ध्यान न होना। अन्ध विश्वास में इस कारण भी पड़ते हैं।  
 इनका लोक में कोई प्रत्यक्ष उपचार ही दिखाई नहीं देता वास्तविकतया तो  
 स्वयं ऐसा समाज ही उगलना चाहता है और न ही इस ओर वैद्य विशारदों का  
 ध्यान हो जाता है। यह बातें सब बाध्यकरणीय न होकर अन्तःकरण से सम्बन्ध  
 रखती हैं और अन्तःकरण का ज्ञान यन्त्रों के माध्यम हो कहना असम्भव है यही  
 कारण है कि आज अल्ट्रा साउंड एक्सरे तक भी कुछेक पीडाओं का पता लगाने  
 में असमर्थ दिखाई दे रहे हैं। इसका पता लगाने के लिए वेदांग में आने वाले  
 शास्त्रों के साथ-साथ मनोयोग का ज्ञान होना भी वैद्य विशारद के लिए परमावश्यक  
 हो जाता है। मनोयोगी इन सब बातों को एकत्र कर लेता है जब वह अपने मन  
 को नियन्त्रित करता हुआ अपने वश में की हुई इन्द्रियों ॥ बुद्धि - इन्द्रियों ॥



को आदेश देता है और नुकीली इन्द्रियों से मनुष्य की वेदना का पता लगाते हुये वेदना को भी समाप्त कर देता है ।

बाह्य करणों का इलाज ॥ उपचार ॥ सम्भव है परन्तु अन्तःकरण का उपचार कठिन है परन्तु असम्भव नहीं है । इसमें अनुमान प्रमाण एवं शब्द प्रमाण प्रत्यक्ष के साथ-साथ अधिक सक्षम दिखाने देते हैं । अतः वीर्य शक्ति अन्तः करणीय है जिसका पता हमें शब्द प्रमाण से चलता है जैसे श्रुति कहती है कि हे वीर्य ॥ शुक्र ॥ । तुम तेज हो , शुक्र हो , अमृत हो धामनामसि सांस लेने वाली धर्माणि या हो , देवताओं में देवता हो अदृश्य हो अतः हे दिव्य गुणों से युक्त तेज में आप ॥ तुम ॥ यजनशील हो ॥ यज्ञशील हो ॥ अतः हे मनुष्यों जितेन्द्रिय बनकर इसका यज्ञ करो और तुम्हें भी तेज प्राप्त हो । ताकि तुम सौ सौ वर्षों तक सुख से मन्त्रों का उच्चारण कर सको , बलशाली बने रहो , सुखपूर्वक देख सको , सुखपूर्वक सुन सको , वंश की वृद्धि कर सको प्रवर को बढ़ाने वाला है और इसकी शिक्षा सबको समान दो ताकि सब प्राणी शतजीवि होये । तथा इसी सत्ता को बनाये रखने के लिए वहीं सर्वोत्तम औष्णी का भी वर्णन मिलता है जो वसा एवं धर्माणियों के लिए सम्यक् स्वास्थ्य लाभ प्रदान कर सकती है । इसी के विषय में आगे श्रुति कहती है । इस स्थिति को यथावत् बनाये रखने के लिए गौ का घृत सर्वश्रेष्ठ औष्णी है - कैसे ? "उं घृत सर्वश्रेष्ठ औष्णी है , इसके पान से वसाओं में सर्वश्रेष्ठ मानवीय वसा शुद्ध एवं स्वस्था होती है जब इसे मनुष्य पीता है तो उसका अन्तःकरणिय क्षेत्र शुद्ध होता है और जब इसे हवन के माध्यम से अन्तरिक्षा पी लेता है तो अन्तरिक्ष में रहने वाली तेजोऽसि शुक्रमसि अमृतमसि धामनामसि प्रियदेवानामनाकूटं देवयजनमसि ॥ १ ॥

घृतं - घृतं पावानः ..... स्वाहा ॥

-शुक्ल यजुर्वेद अ० ६० ॥ ११



दशो दिशयः , प्रदिशयः आदिदशयः - विद्विंशयः एवं उदिदशयः जो कि बिल्कुल नासिका के निकट बहने वाला वायु है वह भी शुद्ध हो जाता है इससे मधुर रस युक्त वर्जा भी होती है अतः वीर्य का दूसरा नाम घृत भी है ॥ घृतमायुः ॥ । अतः वीर्य की पुष्टि के लिए घृत का सेवन करना चाहिये । यदि मनुष्य समय रहते इस ओर ध्यान नहीं देता है तो उसे वैसे ही अग्नि जलाकर भस्म कर देती है जैसे प्रचण्ड अग्नि समिधाओं को जलाती हैं जब देह में वे समिधायें हड्डियां विशेष ही होती हैं । हम देखते हैं कि जैसे समय रहते हवन की अग्नि में घी की आहुति न जाता रहे तब समिधायें अधिक जलती हैं और जब घी की आहुति चलती रहती है तब समिधायें मात्र प्रज्वल्लन का काम करती है और घी अग्नि के माध्यम से आकाश चारी हो जाता है जैसा कि स्वयं लिखित पुस्तक में लिखा जा चुका है । इसी को कमी के कारण प्राणी गैस ॥ एसोडी०टी० ॥ अपाचनता का शिकार हो जाते हैं । जो कि आज महामारी बन चुकी है ऐसा कोई भी प्राणी नहीं दिखाई देता जो इस बيمारी से ग्रसित न हो । परन्तु आयुर्वेद शास्त्रों का कथन है कि समय रहते इस पर घी के माध्यम से नियन्त्रण पाया जा सकता है । क्रम से अनुमात्र के सेवन की विधि पूर्वक प्रयोग में लाना चाहिये ऐसे ही जैसे प्रज्वलित मन्द पड़ती हुई अग्नि में क्रमशः बूंद- बूंद ॥ स्वेद-स्वेद ॥ अनुमात्र घी डालने से जैसे अग्निपूर्व जैसी सत्ता को लौट आती है वैसे ही समय रहते मनुष्य को घी का अल्पमात्रा से प्रारम्भ कर क्रमशः बढ़ते हुये सेवन करना चाहिये । जिससे बलवीर्य को पुनः प्राप्त किया जा सके । इसका महत्त्व जितना लौकिक जगत् में मनुष्य के लिए है उतना ही अलौकिकता की प्राप्ति हेतु भी है बलहीन मनुष्य योग को प्राप्त नहीं कर सकता है वह स्वाध्याय भी कर पाने में असमर्थ है । वह तो जितेन्द्रिय भी तो नहीं बन सकता । अतः ब्रह्मचर्य को



विधिपूर्वक पालन करना चाहिये तार्किक उद्वादि सिद्धियों पर प्रतिष्ठा नियन्त्रण पाने के लिए वीर्य का लाभ उठाया जा सके ।

परन्तु ब्रह्मचर्य और ब्रह्मचारी शब्द आज समाज में रूढ़ी वादी हो चला है । यही कारण रहा जिसके कारण हम लोग योग से शनैः शनैः पीछे हटते गये । आज जो ब्रह्मचारी का अर्थ निकाला जाता है वह अविवाहित अर्थ में प्रतीति होता है । परन्तु क्या यही वास्तविकता है कि जो अविवाहित है वही ब्रह्मचारी होता है । परन्तु ऐसा नहीं है । इसमें भी भिन्न श्रेणियाँ आती हैं । एक गृहस्थी भी ब्रह्मचारी होता है । जो समय का प्रतिपालन करता हुआ योग धर्म का पालन करता है । जैसे कृषक पृथ्वी में बीज वपन कर डाढ़ देकर डक देता है ऐसे ही जो गृहस्थी इस नियम का पालन करता हुआ जीवन व्यतीत करता है वह ब्रह्मचारी होता है जैसा कि स्मृतियों का भी ध्यान है । जिसमें याज्ञवल्क्य का कथन है कि -

अतुमति स्त्री षोडश दिनों ॥ सोलह ॥ दिन तक आद्रता में रहती है और अतु दर्शन के पूर्वक चार दिनों को त्याग करते हुये पति को युग्म दिनों में अर्थात् छठे, आठवें, दसवें, बारहवें, चौदहवें दिन ब्रह्मचर्यपूर्वक संगोगानन्द समाधि आनन्द लेना चाहिये । इससे अतिरिक्त दिनों का सेवन नहीं करना चाहिये यही ब्रह्मचारी धर्म है ।

१- षोडशसुनिशाः स्त्रीणां, तस्मि युग्मासुसंविशेत् ।  
ब्रह्मचोर्यव पवर्ण्याद्यश्चतस्रस्तु वर्जयेत् ॥ - याज्ञवल्क्य स्मृति,  
आचाराध्याय, 71





दूसरा पक्ष नैष्ठिक ब्रह्मचारी का है जिसके लिए कहा गया है कि "नैष्ठिक ब्रह्मचारी आचार्य के निकट रहते हुये उसके परलोक गमनान्तर आचार्य पुत्र, आचार्याययी या वैश्वानर अग्नि की सन्निकट धर्म पूर्वक जीवन व्यतीत करना चाहिये । पूर्व वर्णित दोनों ही ब्रह्मचारी हैं<sup>१</sup> । जिनमें पौररिणिक सनकादि से नारद पर्यन्त एवं रामायण महाकाव्य में वर्णित "ऋषय ऋभ" इत्यादि तथा आधुनिक युग में स्वामी विवेकानन्द का भी ब्रह्मचर्य वर्णनीय बन जाता है । अतः जो आज समाज इस कुकृत्य के रोग से ग्रस्त है । इससे मुक्ति के लिए भी ब्रह्मचर्य का पाठ आवश्यक बन जाता है । जिस समाज का ब्रह्मचर्य क्षीण होगा उसकी आने वाली पीढ़ी उससे भी क्षीण होती चली जायेगी । इसकी जानकारी एवं संरक्षण के उपायों पर जैसे कि चाणक्य ने कौटिल्यार्थ शास्त्र में निर्देश किये हैं उनका प्रतिपालन आवश्यक हो जाता है । क्योंकि कामुकता के रोग से ग्रस्त बहुतायत रूप में पशुओं से लेकर मनुष्य सब एक जैसे उदाहरण देखने पढ़ने एवं सुनने को मिल रहे हैं । इसीलिए चाणक्य ने कहा था कि युवावस्था युवकों को ज्ञानवृद्धों के सन्निधि में ज्ञान प्राप्त करते हुये व्यतीत करनी चाहिये<sup>२</sup> ।

- १- नैष्ठिक ब्रह्मचारी तु वसेदाचार्यसन्निधौ ।  
तदभावेऽस्य तनये पत्न्यां वैशवा नरोऽपि वा ॥ - याज्ञवल्क्य स्मृति, आचाराध्याय, 49
- २- ब्रह्मचारिणः स्वाध्यायोऽग्निकार्याभिर्यो भक्ष्यतत्त्वमाचार्ये प्राणान्तिकी  
वृत्तिरत दभावे गुरुपुत्रे स ब्रह्मचारिणी वा ॥ चाणक्यः ॥  
कौटिल्य अर्थशास्त्र, द्वितीय अध्याय प्रकरण - 1, पृ० - 13



यह एक ऐसा धन है जो व्यक्ति को मदमस्त बना देता है ऐसे ही जैसे धन का नशा या दूसरी सम्पदा एवं स्वामित्व का नशा मदमस्त बना देता है इनमें भी यौवन का नशा अति महत्वपूर्ण एवं प्रथम स्थान पर स्थित है<sup>1</sup>। भारवि । जो सदाचार का पालन नहीं करते हैं वह साक्षात् पशु है<sup>2</sup>। परन्तु तदनन्तरमाप बलात्कार जैसी घटनायें बढ़ती हुई जनसंख्या के साथ-साथ बढ़ती ही चली जा रही हैं । जो कि समाज के सभ्य वर्ग की भी निद्रा में झण्डालती चली जा रही हैं । ब्रह्मचर्य का पालन सुस्वस्था एवं स्वच्छ समाज की स्थापना के लिए महत्वपूर्ण बन जाता है ।

अतः इन सब तथ्यों से पता चलता है कि जो योग शिक्षा आधुनिक युग में पुनः उभर कर सामने आयी है, वह ज्ञानपरक न होकर शारीरिक सौन्दर्यपरक है । योग की शिक्षा तब तक न्यायोचित नहीं लगती, जब तक इसमें यमान्तर्गत सदाचार का पालन नहीं होगा, जिनमें ब्रह्मचर्य भी महत्वपूर्ण है, जो लोक के साथ-साथ अलौकिक ज्ञान में भी महत्वपूर्ण स्थान रखता है । जैसे लोक में स्वास्थ्य के क्षेत्र की दृष्टि से महत्वपूर्ण है, वैसे ही मोक्ष विषयिक ज्ञान में भी महत्वपूर्ण स्थान रखता है । विशेषकर योगासनों में विजय एवं अहादि शब्द सिद्धियों के लिए भी महत्वपूर्ण है । ब्रह्मचर्य का अर्थ है उपस्थान्द्रिय पर नियन्त्रण करना है और इसे आठ प्रकार से किया जा सकता है जैसे - दर्शन, स्पर्शन, स्मरण, क्रीडन, कीर्तन, एकान्तता, गुह्य भाषण, क्रियानिवृत्ति ।

- 1 — यौवन धन सम्पात्ति प्रभुत्वमविवेकिता । एकैकमप्यनर्थार्थिकियुयत्र चतुष्टयम् ॥
- 2 — आहारान्नद्राभ्यमै पुनञ्च सामान्यमेतद् पशुभिर्निराणासु ।  
ज्ञानीह तेषां मयि विषेखी ज्ञानेन हीना पशुभिः समाना ॥ नि० २३

भारवि



जिसे महर्षि पतंजली जी ने अपने सूत्र शैली में गुंथित किया है ।

महर्षि पतंजलि लिखते हैं कि ब्रह्मचर्य की प्रतिष्ठा ॥ प्राप्ति ॥ से वीर्य शक्ति का लाभ होता है । जिससे योग साधनों में प्राप्ति हेतु तीव्रता आती है और रामबाण की तरह काम करता है जिसके छोड़ने संधान करने मात्र से "मरीच एवं समुद्र भी डरते हैं ।" ऐसे ही ब्रह्मचर्य का वीर्य लाभ भी कैवल्य में लक्ष्य वेधक होता है । अन्य भक्ति योग एवं क्रिया योग के साथ साथ इस तथ्य को सामने रखकर भी ईश्वर प्राणिधान को उन्होंने पुनः पुन कहा होगा क्योंकि निर्बल व्यक्ति योग लाभ में असमर्थ दिखाने देता है और जो निर्बल होता है वह केवल राग अलापता है , प्रायश्चित्त करता हुआ अपने दुखड़े खोलता हुआ अपने प्रभु के आगे रोता है । जो वीर्यवान है वह प्रभु को विवश कर देता है । ऐसे ही जैसे अर्जुन जैसा मेधावी शिष्य गुरुद्रोणाचार्य को पूर्णतः दिल से सम्यक शिक्षा देने के लिए विवश करता है । विवेक ज्ञान भी तभी प्राप्त होता है जब व्यक्ति सुस्थिर हो और सुस्थिरता का रहस्य छिपा हुआ है वीर्य लाभ में, जिसका ज्ञान हमें यम साधन के अन्तर्भूत योग से मिलता है । भगवान श्री कृष्ण ने स्वयं गीता में कहा है कि - मैं ही अर्जुन मैं हमेशा अपने शिष्य के वश में रहता हूँ । इनमें ऐतिहासिक धननाजदट - भक्ता नृसिंहदास, मीरा भाई एवं तुलसीदास सूरदास जैसे भक्तों को भी प्रभु प्राप्ति वर्णीय है । ॥ ६ वर्ष के पूर्व एवं ३० वर्ष बाद की भी प्रतीति के कारण यह विषय अत्यंत ही महत्वपूर्ण है । ॥ - पाठ्यो ० सू० - २/३८

१ - ब्रह्मचर्य प्रतिष्ठायां वीर्यलाभः ॥ व्यासभाष्य ॥  
महर्षि शब्द सिद्धयः ॥ - व्यासभाष्य ॥  
नतेषु लोडगद्वारि सप्रत्या परतो न च । ॥ - व्यासभाष्य ॥  
आयुष्कामो नरः स्त्रियः संयोगं कर्तुमर्हति चो स्थान - २/४/४०  
शुष्कं रुक्षं यथाकाष्ठं जूनुदग्धां विजर्जन् । स्पष्टा मा भूतिर्विद्येत तथा वृद्धः  
स्त्रियो व्रजन् ॥ - व्यासभाष्य ॥ कर्मकर्मात् । क्षयंगच्छत्यनशनात् स्त्रीणां  
जरया चिन्तय शुष्कं व्यासभाष्यः ॥ २/४/४३  
चार्तिनो वनात् । ॥ - व्यासभाष्य ॥ तिलेयथा । सर्वत्रानुगतं देह, शुष्कं संस्पर्श नैव ॥  
रस इक्षी यथा दहिने सर्पिले तिलेयथा । सर्वत्रानुगतं देह, शुष्कं संस्पर्श नैव ॥



## ५. - अपरिग्रह

अहिंसावाद धर्म साधनों में यदि सबसे उत्तम व्रत कीर्ति है तो वह अपरिग्रह ही है । इस व्रत को विशेषता मनुष्य की उदर से संयोजित है । मनुष्य सब कुछ सहन कर सकता है । अहिंसा को अपनाकर जीवन व्यतीत किया जा सकता है । सत्य के बल पर जीवन यापन हो सकता है । अस्तेय बने रहने में कोई कठिनाई नहीं और ब्रह्मचर्य धर्म का पालन भी गुरुजनों के समीप रहकर एवं उन गुरुओं की सेवामें रहते हुये सुखी जीवन व्यतीत किया जा सकता है परन्तु अपरिग्रह मनुष्य की वास्तविक परीक्षा है । यह ऐसी परीक्षा है जिसने बड़े-बड़े विद्वानों एवं सुदाना जैसे स्वार्थिभ्रान्तियों को भी हिलाकर रख दिया विवश किया श्री कृष्ण जी से मिलने के लिए । वो चाहे बाहिर से माने या न माने परन्तु आभ्यन्तर से तो कुछ याचना एवं सहायता के लिए ही तो द्वार से पत्नी के कथनानुसार निकले थे । जिनके भावों को योगीश्वर श्रीकृष्ण जान गये थे तथा जो चाहते थे उससे कहीं अधिक अच्छा प्रदान किया । ऐसे ही अनेक उदाहरण मिलते हैं ।

इसलिये महर्षि मतज्जलो जी ने इस अपरिग्रह को अति महत्वपूर्ण व्रत कहा है जिसके प्रतिपालन से मनुष्य को त्रिकाल का ज्ञान हो जाता है<sup>१</sup> । मैं कौन हूँ, कौन था, क्यों आया हूँ, कौन, कौन से पाप किये थे एवं इनकी निवृत्ति कैसे होगी इन सबका पता ज्ञान अपरिग्रह से ही चलता है और योग में इसी बात का पता लगाना तो मनुष्य का प्रयास रहा है क्योंकि इससे परिचित होने पर मनुष्य सुगमता से विविजतेन्द्रिय रहकर गर्भ में कृमि बनकर आने से बच सकता है अर्थात् मुक्त के मार्ग को अपनाकर गृहण कर मुक्त हो सकता है ।

१ - अपरिग्रहस्यैव जन्म कथन्ता सम्बोधः । प्र० यो० ६५० प्र० २ ६२० ३९





इन सबके अतिरिक्त इस विधि के नियम भी कठोर हैं । जैसे कूर्म पुराण में लिखा गया है कि - "आपत्ति काल में भी इच्छापूर्वक द्रव्य का ग्रहण न करना अपरिग्रह कहा जाता है ।"

इन सब व्रतों का पालन एवं विधान क्रमशः एक दूसरे से अभिन्न सम्बन्ध रखता है । तथापि इन सबका प्रतिपालन जितनी सुगमता से ब्रह्मचारी कर सकता है, इतना अधिक गृहस्थी नहीं । गृहस्था नाम बहुत बड़ी संस्था का है, वहाँ सबको साथ लेकर चलना पड़ता है । वहाँ पर समय असमय विपरित्तयाँ आती जाती रहती हैं कोई अपने लिये चाहते हुये भी न करे परन्तु पत्नी एवं परिवार, न चाहते हुये भी करने के लिए विवश करके रख देता है । इसलिए उनके लिए दान तपस्या, जप होम व्रत इत्यादि सुकृत्य करने का भी शास्त्रों में विधान है । क्योंकि गृहस्था में रहते मनुष्य से पाप कर्म होना स्वाभाविक है । उसी शान्ति के लिए शास्त्रज्ञों ने शुभकर्म को सम्पादन के लिए भी उपादिष्ट किया है । अतः पातंजल योग दर्शन का यह कहना कि "जातिदेशकाल समयदि बन्धनों से ऊपर उठ कर ही मोक्षा प्राप्त किया जा सकता है । यह परम सत्य है एवं व्यावहारिक है । इन अहिंसा व्रतों का पालन करना होगा तभी निःश्रेयस मोक्षा की कैवल्य की उपलब्धि होगी । इसीलिए नेष्टिक ब्रह्मचारी रहते हुये ही सुगमता से अपरिग्रह धर्म का पालन करने में सुगमता दिखाई देती है और यह मनुष्य की अन्तिम परीक्षा भी है । जो इसमें सफल हो जाते हैं । वही वास्तव में योग पर विजय भी प्राप्त कर लेते हैं ऐसा स्वयं का भी अनुभव है ।

१ - द्रव्याणामप्यनादानमभाप्यपि यथेच्छया ।

अपरिग्रह इत्याहुतां प्रयत्नेनपालयेत् ॥ - कू०पु०अ० - ३०२, १९



यम एवं नियम को मिलाकर संयम का निर्माण होता है अर्थात् यम नियमों को सामंजसित रूप से संयम की संज्ञा प्राप्त है ।

इसी संदर्भ में विष्णु पुराण में इन यम और नियमों का प्रदर्शन किया गया है -

"अपने मन को ॥ आत्मा का चिन्तन करने के ॥ समर्थ बनाते हुये ,  
निष्काम भाव से ॥ फल की कामना न करते हुये ॥ योगी ब्रह्मचर्य, अहिंसा ,  
सत्य अस्तेय एवं अपारिग्रह का सेवन करे ।

नियम

अपने मन का निग्रह करके नियतात्मवान् योगी स्वाध्याय, शौच , सन्तोष तथा तप करे और उसी प्रकार परब्रह्म में मन को आसक्त कर दे अर्थात् ईश्वर प्रणिधान करे । नियमों के साथ ये पांच - पांच की संख्या में बतलाये गये हैं । निष्काम भाव से करने पर ये विमुक्ति देते हैं । जबकि सकाम भाव से करने पर भी विशेष फल देते हैं । "

१ - ब्रह्मचर्यमहिंसा च सत्यास्तेयापरिग्रहान् ।

सेवेत योगी निष्कामो योग्यतां स्वं मनो नयन् ॥

स्वाध्याय शौच सन्तोष तपसि नियतात्मवान् ।

कुर्वति ब्रह्मणि तथा परस्मिन्प्रवर्णं मनः ॥

एते यमाः सनियमाः पञ्च-पञ्च प्रकीर्तिताः ।

विशिष्टफलदाः कामे निष्कामाणां विमुक्तिराः ॥

- विष्णु पुराण - ६, अ०-७, श्लो० - ३६ - ३८



## शौच

योग में शौच एक ऐसा मूल भूत नियम है जो केवल योगी के लिए ही नहीं अपितु सभी के लिए आदेश है ।

शौच का अर्थ = पवित्र = پاک स्वच्छ = शुद्ध एवं संस्कृत होता है ।

जिसका तात्पर्य है हर प्रकार से शुद्ध रहना प्रत्येक व्यवहार में शुद्धता को बनाये रखना तथा स्वच्छता को अपनाना । भूय भोज्य लेह्य चोष्य एवं आवास निवास परिधान सब का शुद्ध एवं स्वच्छ होना है । इससे मनुष्य की गुणवत्ता का पता चलता है । आयुर्वेद शास्त्रों का कथन है कि "मनुष्य को सदा अनवरत शुद्ध परिधान धारण करना चाहिये । शुद्ध भोजन लेना चाहिये । आवास निवास शुद्ध होना चाहिये तथा मनुष्य को शारीरिक रूपेण भी शुद्ध एवं स्वच्छ रहना चाहिये" । इससे मनुष्य बाह्य भाव से तो शुद्ध एवं स्वच्छ दिखाने देता ही है इससे उसका मन भी प्रसन्न रहने लगता है जिसे प्रसन्नचित्त भी कहते हैं । यह प्रसन्न चित्तता मनुष्य की सामाजिक जगत् में अभ्युत्थान में महत्वपूर्ण योगदान प्रदान करती है । इससे मनुष्य में कुछ अच्छा कर सकने का उत्साह मिलता है और व्यवहार में सदगुरु जिन्हें हम धनी वर्ग कहते हैं । उनसे शनैः शनैः तालमेल & संयोग बनता है । वह एक अच्छा नागरिक बन जाता है<sup>1</sup> । जबकि अशौच भी एक निर्धनता का कारण माना गया है ।

जाता है<sup>2</sup> । जबकि अशौच भी एक निर्धनता का कारण माना गया है ।

1.

शौचात्स्वाङ्गुगुप्ता परैरसंसर्गः ॥ - पाठयोदो - 2/40

2.

काम्यं यशस्यमायुष्यमलक्ष्मीधनंप्रहर्षणम् ।

श्रीमत्पारिषदिशस्तं निर्मलाकारधारणम् ॥ - चरक संहिता, सूत्रस्थान 5/96



ऐसे ही योगी के लिए भी शौच मुख्य कृत्य है । जिसके विषय में पतञ्जलि लिखते हैं कि "शौच से मनुष्य के स्वशरीरावयवों के प्रति भी जुगुप्सा का भाव पैदा होता है और दूसरों से भी घृणा पैदा होती है" । जिससे उसे समाधि में सहयोग भी प्राप्त होता है । इसका अर्थ है कि मनुष्य का मन कुसुमित हो जाता है कुछ हल्का होता है जिससे वह उर्ध्वगमन करने की चेष्टा रखता है । जब योगी मन का आश्रय पाकर शौच विधि को अपनाता है तो निश्चित ही उसे समाधि में आने वाली देरी के कारणों से कुछ निवृत्ति प्राप्त हो जाती है ।

इससे वह मलिन रूपी समाज से तो दूर चला ही जाता है जबकि वह शरीर को भी घृणित मानता हुआ अन्तःकरण को ही श्रेष्ठ मानने लगता है । उसका हरेक पक्ष पवित्र होता जाता है । वह निश्चित ही मिट्टी आदि से शरीर की शुद्धता तो करता ही है बल्कि उसका प्रेम उसका वचन, श्रवण, अनुगमन, साउर आदर आतिथ्य शयन जागरण शक्ति पूजा पाठ जप तप ध्यान दान वरदान सर्वस्व पवित्र होता है । इस पवित्रता का लक्ष्य है हरि की प्राप्ति अर्थात् आत्म ज्ञान की प्राप्ति होता है । व्यास भाष्य के अनुसार भी शौच से जब मन शुद्ध होता है तब उसे स्वशरीर एवं अवयवों, आत्मजों एवं पत्नी आदि से भी पार्श्विक प्रेम नहीं रहता । तब उसका प्रेम निष्काम भ्रम से रहता है वह किसी भी वस्तु में सकामभाव नहीं रखता । यही कारण है कि जिससे उसे समाधि प्राप्ति में सरलता प्राप्त होती है । इससे इन्द्रियों पर नियन्त्रण स्थापित कर मन को एकाग्र करने में भी महत्वपूर्ण सकलता प्राप्त होती है ।





शौचता का तात्पर्य वास्तव में चरक द्वारा सद्वृत्त में कहे साधनों का ही एक रूप है जिसमें चरक कहते हैं कि पञ्च पञ्चक मन का विचार जो कि "इन्द्रियों पक्रमणीय अध्याय में भी कहा गया है एवं इस सद्वृत्त के अनुपालन से लोक में धर्म अर्थात् रूप से यश फैला कर अन्ततः पुण्य लोकों को प्राप्त करता है ।

इसकी ओर भी सुस्पष्ट करते हुये महर्षि पतञ्जली लिखते हैं कि इस पवित्रता के कारण स्वरूप ही सत्त्व बुद्धि ॥ मन की शुद्धि ॥ सौमनस्यता ॥ प्रसन्नचित्तता ॥ ऐकाग्र्य=चित्त में एकाग्रता, मन द्वारा इन्द्रियों पर विजयता तथा आत्मदर्शन की योग्यता सिद्ध होती है<sup>1</sup>। समाधि लाभ की क्रमशः सीढ़ियों के रूप में ही इनका उल्लेख किया गया है। जबकि इनका समाधि से सीधे कोई भी सम्पर्क नहीं दिखाई देता है। परन्तु तदनन्तर मपि मनुष्य में समाधि की प्राप्ति में आसुता आती है। क्योंकि इससे मनुष्य बाह्याभ्यन्तर दोनों ओर से शारीरिक देह एवं अन्तःकरण की शुद्धता में प्रतिशत रूपेण अधिक वृद्धि होती है। इसलिये शौच एक मुख्य कृत्य माना गया है।

- 
1. पञ्चपञ्चकमुद्दिष्टं मनोहेतु चतुष्टयम् । इन्द्रियोपक्रमेऽध्याये सद्वृत्तमस्मिन्नय ॥ स्वस्थावृत्तं यथोद्दिष्टं यासम्यगनुतिष्ठति । तसमाः शतमवधायिधायुष्म न विद्युज्यते ॥ तृलोकमापूरयते यशसा साधुसंमतः । धर्मधिविति भूतानां बन्धुता भुप गच्छति ॥ परान् सुकृतिकोलोकान् पुण्यकर्म प्रयच्छते । तस्माद् वृत्तमनुष्ठेयमिदं सर्वेण सर्वदा ॥
  2. - चरक, इन्द्रियोपक्रमणीय अध्याय संख्या - 8, श्लोक - 30-33
  - सत्त्वशुद्धिसौमनस्यैकाग्र्येन्द्रियजयात्मदर्शन योग्यत्वार्थिन च ॥
  - पाठयोः दो - 2/41
  - पाठयोः दो -



## सन्तोष

योगदर्शन एवं दार्शनिक जगत् की जितनी भी प्रशंसा की जाये कम ही होगी । भारतवर्ष एवं भारतीय संस्कृति तथा उससे निष्पन्न धर्म सभी के सभी अपने - अपने स्थान पर महत्वपूर्ण हैं । इन सबमें केवल एक ही अंतर है , कुछ नास्तिक हैं & वह सीधे ईश्वरपरक न होकर गुरुपरक हैं & जबकि वेदान्तादि शेष सबके सब ईश्वर परक आस्तिक हैं । लेकिन उनमें निहित ग्रंथी कलियाँ बनये गये नियम लगभग एक जैसे मिलते हैं । जैसे कि बुद्ध भी अपने उपदेशों में सम्यक् ज्ञान , समाधि आदि की बात करते हैं तो उसी से निष्पन्न योग चार योगांगों का आश्रय लेते हुये दिखाई देते हैं । ऐसे ही जैन दार्शनिक तो लगभग पूर्णतया योग में दर्शाये गये योगांगों को एक स्वर से स्वीकार करते हैं । यम नियमों का पालन करते हुये आत्म लाभ को प्राप्त होते हैं । उन्हीं दर्शनों में प्रधान दर्शन योग दर्शन है जो न तो किसी के नियमों में हस्तक्षेप ही करता है जिसकी अपनी एक पृथक विधि है ज्ञान है । जिससे उसके सर्वाधिक प्राचीन होने का भी पता चलता है । उसी में नियमों के अन्तर्भूत सर्वश्रेष्ठ निधिरूप सन्तोष का पाठ भी मिलता है । जिसके विषय में महाभारत के आदि पर्व में कहा गया है कि "सर्वश्रेष्ठ सम्पदा यदि कोई है तो वह सन्तोष ही है जिसे पाकर सर्प, हाथी, साधु सन्त सभी अपने अपने में सिद्धि का बल रखते हैं ।"

1. सर्पा पिबन्ति पवनं न निर्बलास्ते । शुकैः स्तूयैः वनगजाबलिनो भवन्ति ॥  
कन्दकैः सुनिवराः लंघयन्ति पारम् । सन्तोषमेव पुरुषपरम निधानम् ॥

-महाभारत , आदिपर्व



इसी के विषय में वायु पुराण का मानना है कि " जो सुख इह लोक में काम्य वस्तु के भोग एवं उससे भोग श्रेष्ठ जो स्वर्ग प्राप्ति का सुख है यह सुख वास्तव में सन्तोष जैसी विधि को सोहलवीं कला के समान भी नहीं है । अर्थात् सन्तोष सर्वश्रेष्ठ सुख है । " <sup>1</sup>

इन्द्रियों पर विषय भी तब तक प्राप्त नहीं की जा सकती है जब तक मानव सन्तोष को प्राप्त नहीं हो जाता । अतः समाज में प्रतिष्ठा प्राप्ति तथा आध्यात्मिक क्षेत्र में अध्यात्म दर्शन के लिए सन्तोष की प्राप्ति महत्वपूर्ण है जिससे उत्तम कोई दूसरा साधन दिखाई नहीं देता है । जिसके विषय में महर्षि पतञ्जलि भी कहते हैं कि "सन्तोष से ही सर्वोत्तम सुख का लाभ होता है । " <sup>2</sup>

३.१-तप

तपः = तपित्वा पाति इति तपः तप कर जो प्राप्त होता है वही तप है । तप से मनुष्य के पाप क्षीण होते हैं वे पाप जो उसने पूर्व जन्म में भी किये होते हैं । वह भी दग्ध हो जाते हैं । तप के अन्तर्गत कोई एक विधान या नियम नहीं है । अपितु जितना भी योग साधना का क्षेत्र या अधिकार क्षेत्र है वह सब का सब वास्तव में देखा जाये तो तप के अन्तर्गत ही आता है ।

प्राणायाम से लेकर सम्प्रज्ञात असम्प्रज्ञात एवं केवल्य सब के सब तप ही तो है ।

1. यच्चकामसुखलोकेयच्चदिव्यं महत्सुखम् ।  
तृष्णाद्यसुखस्यैते नार्हतः षोडशीं कलाम् ॥ - वायु पुराण , अ०-१३,  
श्लो० - १०१

2. सन्तोषादनुत्तमसुखलाभः ॥ - पा०यो०द० - २/४२



"तप के अन्तर्गत केवल व्रत चान्द्रयादि या हवनदि ही नहीं आते हैं । ये तो उसका एक लघु रूप भाग है । जबकि तप के अन्तर्गत वास्तव में देखा जाये तो प्रभु की प्राप्ति रूप कल सम्यक् रूपेण सम्मिलित होता है । तप का लोक और अध्यात्म क्षेत्र में देखा जाये तो वास्तव में अपने अपने स्थान पर महत्वपूर्ण स्थान है । चरक संहिता के अनुसार "जीवन को स्थिर बनाये रखने एवं स्वस्थादीर्घायु अर्थात् शतजीव होने के क्षेत्र में महत्वपूर्ण स्थान है । इससे अनेक दुःसाध्य ज्वरादि रोगों से भी छुटकारा पाया जा सकता है ।" यहां तक की इसी में प्रभु पूजा से रोग शान्त भी होते हैं । नियमों के अनुसार यदि आज भी चान्द्रायण या कृच्छ्र चान्द्रायणादि व्रतों का सेवन किया जाये तो निश्चित ही अर्बुद ॥ कैसर ॥ एवं घातक विषाणुओं से ग्रस्त रोग भी साध्य दिखाई देते हैं । परन्तु आज कौन ऐसा है जो पञ्चगव्य का सेवन करने हेतु सुस्वादु चटपटी रसना का त्याग कर सके । पञ्चगव्य जैसे अनमोल रत्न एवं उनकी सेवन की विधि वास्तव में अमूल्य है और उसका हवन तक का विधान भी मिलता है । जबकि प्रायश्चित्त स्नान के अन्तर्गत भी उसका उल्लेख है । यहां यह भी लिखना चाहूंगा कि इसे स्नान विशेषकर गो मूत्र एवं गोबर लेपन से शरीर पर कहीं भी व्याप्त बालघर रोग समाप्त हो जाता है । जब यह एक परम बुद्धि औषधी है इसका यदि लाभ नहीं तो हानि भी नहीं हो सकती है । इसी तप के अन्तर्गत आता है हवन एवं प्राणायाम । हवन से भी मनुष्य की शारीरिक शुद्धि होती है एवं सौंदर्य को





प्राप्त होता है जबकि प्राणायाम तो तपान्तर्गत सर्वश्रेष्ठ साधन माना ही गया है । जैसा कि मनुज्य एवं याज्ञवल्क्य स्मृतियों का मत है कि "गायत्री जप के समान कोई जप नहीं" एवं प्राणायाम से बढ़ कर तप नहीं" सभी पापों ॥ रोगों ॥ के नाश के लिए मनुज्य को सौबार प्रतिदिन प्राणायाम करना चाहिये । इसके करने से बड़े-बड़े उत्पात भी नष्ट हो जाते हैं । इतना ही नहीं बल्कि जो पूर्व जन्म कृत या अदृश्य दोष भी हैं वह भी तुरन्त इसके करने से नाश को प्राप्त होते हैं । श्रीमद्भागवत महापुराण में भी ऐसा पाठ पढ़ने को मिलता है जिसमें स्पष्ट कहा गया है कि ॥ कफ वात पित्त ॥ मल ॥ वात, पित्त, कफ ॥ का नाश

1.

क्रोध प्रवात व्यायामान् कषायाश्चैव वर्जयेत् ।  
 ज्वर लङ्घनमेवादाधुर्पाद्विष्टमृतेज्वरात् ॥  
 क्षयानिल अयं क्रोध काम शोक श्रमोदकवात् ।  
 लङ्घनेन अयं नीते दोषां संधुतिरिति ॥  
 मनोविकारे निर्दिष्टं कार्यं तद्विष्टमे ज्वरे ।  
 मणोना मोक्षधीनाञ्च मंगल्यनार्थिष्वस्य च ॥  
 धारणादगदानां च सेवनान्न भवेज्ज्वरः ।  
 सोमं सानुचरं देवं समादगणमीश्वरम् ॥  
 पूजमन् प्रयतः शीघ्रमुच्यते विष्टमज्वरात् ।  
 विष्टसहस्रमूर्धनि चराचरपतिर्विभुम् ॥  
 स्तुवन्नाम सहस्रेण ज्वरान् सर्वान् व्यपोहति ।  
 ब्रह्माण्मशिवनारिवन्द्यं हुतमह्नि हिमाचलम् ॥  
 गंगा मरुद्गणाश्चैव दया पूज्य ज्जयति ज्वरान् ।  
 भक्त्यामातुः पितृश्चैव गुरुणां पूजनेन च ॥  
 ब्रह्मचर्येण तपसा सत्येन नियमेन च ।  
 जपहोम प्रदानेन वेदानां श्रवणेन च ॥  
 ज्वरान् विष्टमुच्ये शीघ्रं साधूनां दर्शनेन च ।  
 ज्वरे रसस्थो वगनमुपवासं च कारयेत् ॥

- चरकसंहिता, चिकित्सा स्थान, 30-2, श्लोक- 131, 140, 309-5



प्राणायाम विधी से सम्भव है ।" यह तो मानव जगत् के लिए उपादिष्ट है । जबकि व्यावहारिक जगत में देखा जाये तो प्रकृति भी तपस्वी दिखाने देती है । जो समय का पालन करती हुई कभी गर्मी का सेवन करती है तो कभी शीतलता का तो कभी पतझड़ का तो कभी सर्दी का सेवन करती हुई दिखाने देती है । कभी चार दिन सूख जाती है, पानी बरसाती है तो कभी विश्राम करता है यदि सर्दी या गर्मी ही निरन्तर रहे तो जीवन दुभर हो जाता है दुभर तो क्या प्रलय का भी भय हो जाता है। इससे अकाल तक की समस्या खड़ी हो जाती है । ऐसे ही मनुष्य को भी प्रकृति से शिक्षा लेनी चाहिये, जिससे शरीर स्वस्थ रह सके । इसीलिए आहार-निराहार निर्जला एकादशी आदि व्रतों का नियम बनाया गया था । ताकि पूर्व का संचित भोजन पच सके तथा मनुष्य स्वस्थ रह सके । जैसे धर्म ग्रन्थों में व्रत एवं तुलसी आदि वृक्षों का विधान है कि सप्ताह में एक बार अवश्य जल नहीं चढ़ाना चाहिये जैसे तुलसी को शुक्रवार के दिन जल चढ़ाना वर्जित कहा है तथा इतवार व्रत वृक्ष को भी जल नहीं चढ़ाना चाहिये ताकि उनके मूल में स्थित छः दिनों का संचित जल शुष्क हो सके ऐसे ही द्वादशी के दिन तो उससे स्पर्श

1. एकादशं परंब्रह्म प्राणायाम परं तपः ।  
सावित्र्यस्तु परं नास्ति मौनात्सत्यं विशिष्यते ॥  
प्राणायाम परं कार्य सर्वपापानुपत्तये ।  
उपपातक जातानामनादिष्टस्य चैव हि । - मनुस्मृति , 2/83



भी मना है । इसी प्रकार से हम मानव निर्मित यंत्र वाहन भी देखते हैं जिन्हें समय - समय पर तब्रान दिया जाता है । जिसका तेल इन्धन दो या तीन माह में एक बार परिवर्तित किया जाता है । समय - समय पर ग्रीस रुपी पथ्य भी दिया जाता है । ताकि वह अपने जीवन की यात्रा को पूरा कर सके । जो चालक वाहनों के नियमों का पालन न करते हुये लापरवाही का शिकार होते हैं उन वाहनों के इंजन समय से पूर्व ही काम करना बन्द कर देते हैं । इसी प्रकार से जो मनुष्य को भी सप्ताह में पक्ष में या मास में एक बार प्रत सेवन करता है । वह निश्चित स्वस्थ रहता है । इसके अतिरिक्त जो ऋतु सेवन रुपी तपों को तपता है वह तो अवश्यमेव दीर्घ जीवि होता है । जैसा कि विष्णु संक्रान्तियों के सेवन का विधान है । मेषा ॥ वैशाख ॥ , कर्क ॥ श्रावण ॥ तुला ॥ कार्तिक ॥ एवं मकर ॥ माघ ॥ संक्रान्तियों एवं महीनों का सेवन करने के लिए धर्म शास्त्र निर्देश करते हैं । वास्तव में देखा जाये तो ये शास्त्र निश्चित ही वैज्ञानिकी मत रखते हैं । यही एक ऐसा समय होता है जब ऋतु परिवर्तन होता है और मनुष्य एवं अन्य प्राणी सर्वाधिक रोगों से प्रताड़ित होते हैं । जैसे वैशाख में रक्त युक्त मल का आना ॥ मरोड़ ॥ श्रावण में जल का समाप्त होना कार्तिक में वमन रोग तथा माघ महीने में पनपने वाला ॥ वायु रोग ॥

1. व्यतीपाते भीमभार्गवभानुष, पर्वद्वये च संक्रान्तौ द्वादश्यां  
शुक्लकद्वये तुलसा ये चर्चितवति तेच्छवन्ति हरे शिरः ।  
तुलसी द्वादशी बिना ॥ निर्णयसिन्धौ इति देवयानिककृते स्मृतिसार ।  
- विष्णुधर्मोत्तर, पृ० - 558  
द्वादश्यां तुलसीपत्रं धात्रीपत्रं च कार्तिक ।  
लुनातसनेरा गच्छे न्निरयानातिगर्हितान ॥ - पद्मपुराण, निर्णयसिन्धौ ।



शुष्क रोग जो त्वचा को शुष्क करता हुआ फंसी फोड़ों को उत्पन्न करता है ।

इन रोगों से बचने के लिए ही तो वेदों ने प्रत्यक्षा एवं अप्रत्यक्षा रूप से मन्त्रों के

माध्यम से निर्देश किया है कि इन - इन उपरोक्त ऋतुओं में अर्थात् बसन्त से

शरद पर्यन्त क्रमशः वस्तुओं का सेवन करना चाहिये ये हैं - बसन्त में घृत

पान , ग्रीष्मर्तु में पञ्चाग्नि वा एकाग्नि सेवन तथा शरदर्तु में हवन अर्थात् हवि

द्रव्य जो घृत से भागित ४ मखान्नादि ४ द्रव्यों का सेवन करना चाहिये ।

ऐसा पुरुष सूक्त के 13वें मन्त्र में मिलता है । इसमें सेवन से पूर्व यह नियम है कि

पहले भगवान के निमित्त अर्थात् देव निमित्त हवन करने के पश्चात् ही स्वयं सेवन

करना चाहिये<sup>1</sup> । ऐसा ही विधान गीता का भी है कि "हम जो भी खायें या

पहनें उसे पहले देवताओं को नैवेद्य लगवा कर सेवन करना चाहिये क्योंकि

जो भी हमारी इष्टापूर्ति होती है वह दृश्य या अदृश्य रूपेण देवताओं द्वारा

ही प्रदान होता है । यदि ऐसा कोई नहीं करता है तो वह चौर होता है<sup>2</sup> ।"

इसी प्रकार से प्रकृति के सदृश ही सम्यक् योगपूर्वक मनुष्य की साभ्यता भी यथावत्

बनी रहनी चाहिये । इन तपों का विधान भी प्रकृति सदृश ही है । जैसे प्रकृति

में अतियोग से या मिथ्यायोग से हानि कही गई है वैसे ही व्रतों के अतियोग से

भी हानि होना निश्चित प्रतीत होता है । जैसा कि चरक ने कहा भी है<sup>3</sup> ।

1. ॐ यत्पुरुषेण हविषा देवायज्ञमतन्वत् बसन्तोऽस्यासीदाज्यं  
ग्रीष्म मइध्यः शरद्विः ॥ - शुक्लयजुर्वेद, इति पुरुषसूक्तस्य, 13वां मन्त्र

2 - इष्टान् देवान् हि भो देवादास्यन्ते यज्ञ भिक्षीः ।  
तै दत्तान् प्रदायैष्यो यो भुङ्क्ते सस्तेन वा ॥ - इति गीता - 3/12

3 - काय बुद्धीन्द्रियाधिनं योगो मिथ्या न चाति च ।  
क्षयाश्रमाणां व्याधीनां त्रिविधो हेतु सग्रहः ॥ - चरकसंहिता, अ० - 1/54





अतः कोई वस्तु या नियम का सेवन का योग उपयोग सम्यक् होना चाहिये चाहे वह आहार है, विहार है या निद्रा है या व्रत हवन ही है। इन सबका प्रतिपालन मध्यगामा होना चाहिये। जैसे इडा पिंगला दोनों के मध्य सुषुम्ना का प्रधान स्थान है। जैसे दुःख और सुख के बीच उदासीनता का निवास है। यही तपाश्रय भी है। यदि सम्यक् न होते हुये व्रतों के सेवन या हवनार्ति या पक्वान्नार्ति का श्रद्धा के अतिरिक्त सेवन करते हैं तो निश्चित ही हानि होती है। दूसरी ओर जब पक्वान्नार्ति या घृत सेवन या अग्नि सेवन ॥ पञ्चाग्नि सेवन ॥ की शिक्षा हमें अपने धर्म ग्रन्थों में पढ़ने को मिलती है जिसे आज भी अतकवाद ने पण्डित कर्म कह कर लज्जित एवं निन्दित कर्म मान कर पारित्याग किया है। वह वास्तव में सामान्य न होकर पूर्णतः वैज्ञानिकी थी, है एवं रहेगी। हम देखते हैं कि जैसे अनुमान प्रमाण के अन्तर्गत पूर्ववत् में बादलों को देखकर अनुमान लगाने लगते हैं कि वर्षा होगी वैसा ही ज्ञान हमें अपने धार्मिक कृत्य एवं इन वत्सद्वादशी आदि तथा करक चतुर्थी से भी मिलता है। इसके अतिरिक्त दीपावली एवं लोहड़ी के पर्वों से भी प्राप्त होता है। ऋतु के आगमन एवं वस्तुओं के सेवन के प्रति मनुष्य की बुद्धि को विकसित करती हुई सन्देश पहुंचाती हैं। जैसे वत्सद्वादशी से शरतु के आगमन का संकेत मिलता है और उसी दिन जब शारियां पूजन सामग्री में काले चने एवं बेसन के बने जानवरों की पूजा करती है तो उसी समय ज्ञात हो जाना चाहिये कि अब चने के सेवन की ऋतु आ चुकी है। जो पूरे 15 दिन के बाद महालक्ष्मी नवमी



अर्थात् भाद्रपद शुक्ल पक्ष की नवमी को पुनः दुबड़ी का पूजन करने में भी प्रयोग में लाये जाने लगते हैं। ऐसे हो कर चतुर्थी को शुरू होता है बादाम का सेवन। तबसे बहुतेरे अपनी सास या बूढ़ों को प्रथमतः दान करती हुई दिखाई देती हैं। परन्तु वह यह नहीं जानती कि हम ऐसा क्यों कर रही हैं। वहाँ ऐसा इसलिए होता है कि अब आपको भी अपने पति को सेवन के लिए बादाम खिलाने चाहिये। दीपावली के दिन हम देखते हैं कि लोग शरदर्तु के आगमन का पक्वान से सत्कार करते हैं और लोहड़ी के दिन भी पक्वान से ही विसर्जन करते हैं अर्थात् लोहड़ी से लेकर दीपावली तक कभी पक्वान्न का सेवन नहीं करना चाहिये। अतना ही नहीं, जो विषुव संक्रान्तियों के महीनों में एक समय आहार की विधि का निर्देश है, वह केवल पुण्य की वृद्धि हेतु न होकर बल्कि शारीरिक स्वास्थ्य को दृष्टि में रखकर किया हुआ है। हमारे शास्त्रार्थियों के द्वारा साधारणतः पाप क्षयार्थ प्रार्थनों को निर्दिष्ट किया गया है और पाप शब्द हिंसा रूपा पापार्थ में प्रसिद्ध हो चुका है। बुद्धिजीवी वर्ग के अतिरिक्त, जो अधिकांश समाज है, इसे आज भी रोग न मानकर पाप ही मानता है। जबकि जबकि पाप का अर्थ ही रोग होता है। जिन्हें हम कर्म रोग भी कहते हैं। यह प्रमुखतः त्रिविध होते हुये भी अनेक प्रकार के होते हैं। जिनमें कार्यात्मक, वाचिक एवं मानसिक प्रमुख हैं इनमें एक बात और भी लिखना चाहूंगा, जो कि अनुभवजन्य है कि इन विषुव संक्रान्तियों के महीनों में नर को नारी संभोग नहीं करना चाहिये। इन दिनों मनुष्य भी प्रकृति के सदृश ही पुनः पुनः अंकुरित होता है। मनुष्य के अन्दर एक स्वतः विकसित होने वाली कार्य शैली



है । जिससे मनुष्य का विकास होता है और उसमें ये चारों वैशाख, श्रावण, कार्तिक एवं माघ महीने सर्वाधिक महत्वपूर्ण हैं । इसमें भी विचारार्थ देखें तो ज्योतिषज्ञ एवं सनातन प्रेमियों का विश्वास है कि कार्तिक महीने उत्पन्न बालक शुभ नहीं होता है । ऐसे जातक की पूजा का विधान है । कारण स्पष्ट है कि साधारणतः मानव का प्राकट्य नवमाह गर्भावस्था में गुजारने के बाद होता है । तब हम गणना करके भी देख सकते हैं कि यदि हम माघ महीने में ऋतु मति के संग गमन करते हैं तो पूर्णतः नवें महीने कार्तिक महीने ही बच्चा उत्पन्न होगा । कार्तिक महीने उत्पन्न होने वाला बालक पिता-माता एवं अपने लिए भी हानिकर होता है । कारण स्पष्ट है कि पिता के लिए इसलिए कि उसने अपने को नियन्त्रित न करते हुये माघ माह में संग किया जिससे उसे शारीरिक हानि उठानी पड़ेगी, माता के लिए इसलिए कि कार्तिक महीने में पैदावार का अर्थ है वायु दोष की उत्पत्ति तथा पौगंड ४ अंकुरित ४ दिनों को व्यर्थ गंवाना तथा बालक के उपर कच्ची उम्र में ही रोगादि की उत्पत्ति जन्मतः होना देखा जा सकता है । इसलिए भी तप का साधनभूत नियम आवश्यक हो जाता है । और उस पनपति हुई कुण्ठित करने वाली धारणा को भी मिटाया जा सकता है । जो इसे पण्डितों का धर्म रूपी पाण्डित वर्णन करते हुये आलोचना के रोग से ग्रस्त हैं । जब यह नियम बने होंगे तब ये केवल एक पण्डित ने नहीं बल्कि उस पाण्डित ने बनाये थे जो पूर्णतः लौकिकालौकिकता का ज्ञान रखने वाले थे । परन्तु इनकी ही नहीं किसी की भी गहराई में गये बिना उस पर पूर्ण ग्रह ग्रसित होकर आक्षेप करना बुद्धिमत्ता नहीं होती ऐसा विद्वानों का एवं ज्ञानवृद्धों का मानना रहा है । जैसा कि स्वयं मनु ने भी



कहा है कि - "कोई बाल पक जाने ॥ सकेद हो जाने ॥ एवं अवस्था डल जाने मात्र से जानी नहीं हो जाता अपितु बालक भी जानी हो सकता है और यदि ऐसा होता है तो वही बालक ज्ञानवृद्ध है ।" <sup>1</sup> सम्यक्तया अध्ययन एवं चिन्तन करने पर पता चलता है कि तप एक अमूल्य नियम रूपी निधि है । जिसके अतिरिक्त ॥ विना ॥ शरीर को स्वस्थ रख पाना कठिन रहा होगा तभी योग चिन्तकों ने इसे प्रमुखता से स्थान दिया और अनेक शास्त्रों में इसका वर्णन एक मत से स्वीकृत है । तभी महर्षि पतंजली जी ने भी इसे नियमान्तर्गत वर्णित करते हुये कहा कि तप के विधिपूर्वक आचरण से अशुद्धि का नाश अर्थात् मलिनता रूपी रोगों का नाश होता है और काया तथा इन्द्रियों की सिद्धि होती है अर्थात् सुस्वास्थ्य लाभ पाती है <sup>2</sup> जिससे अग्निमादि सिद्धियां तो प्राप्त होती ही हैं बल्कि दूर से श्रवण शक्ति दृक्शक्ति, गन्ध गृहण शक्ति एवं स्मरण शक्ति भी अद्भुत बलशाली हो जाती है तथा आवरण रूपी मल भी नष्ट हो जाते हैं ऐसा व्यास भाष्य में भी मिलता है । --

ग. ~~सर्व~~ (तपः)

कार्य के साथ इन्द्रियों की शुद्धि के विषय जो उल्लेख हमें पातञ्जल योगदर्शन से प्राप्त होता है वह वास्तव में गूढ़ार्थ रखता है । इन्द्रियां बहुधा अलौकिक की अपेक्षाकृत लौकिक कामसुखी ज्यादा होती है । इन पर विजय

1. न तेन वृद्धो भवति येनास्यपरितं शिरः ।

2. यो वै युवाप्य धीमानस्तं देवाः स्थावरं विदुः ॥-मनुस्मृ 2/156

कायेन्द्रियांसिद्विशुद्धिध्यातपसः ॥- पा० यो० सू० - 2243





पाने का एकमात्र साधन भग्न तप व्रत ही है । भोजन से हम अनुभव करते हैं कि आलस्य निद्रा तन्द्रा का वेश बढ़ता है और इन्द्रियां जड़ता एवं प्रभुता को भी आशु ही प्राप्त होती है । परन्तु भोजन के त्यागपूर्वक सार्त्त्विक लघु प्रतोषजीवि आहार कलाहार से उनकी लौकिक काम से विमुक्तता हो जाती है और शरीर भी लघु हो जाता है । निद्रा , तन्द्रा एवं आलस्य में निरन्तर रूपेण ह्रास आता है और बौद्धिक विकास एवं इन्द्रियों पर विजय पाने में भी मुख्य शीघ्र तो प्राप्त कर लेने में सामर्थ्य रखने वाला बन जाता है । व्रत सेवन से सबसे बड़ी बात जो कि सामाजिक जीवन में भी महत्वपूर्ण स्थान रखती है । वह धैर्य है । इससे हर प्रकार के धैर्य में वृद्धि होती है, क्षुधा पिपासा, सहिष्णुता, क्रोध को जीतने, राग द्वेष से विमुक्तता स्वतः उत्पन्न होने लगती है । जो कि साधारण जीवन में सबको आपेक्षा है । विशेषकर क्षुधा पिपासा पर विजय प्राप्त करना लौकिक जीवन के लिए एवं आध्यात्मिक क्षेत्र दोनों के लिए महत्वपूर्ण है । जो कि केवल तप से ही प्राप्त की जा सकती है इस लिए भी तप का महत्व अधिक बढ़ जाता है ।

### स्वाध्याय

कहते हैं कि किसी विषय में रुचि के पीछे कोई न कोई रहस्य रहता है । चाहे वो साधु बनने की बात है गृहस्थी या स्वाध्याय शील होने की बात ही क्यों न हो । ऐसे ही जो विद्यार्थी विधाध्ययन करते हुये विषय के चयनपूर्वक शोध कार्य रूप अतल सहित गहरे समुद्र कूदते हैं उनका भी उस विषय से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष सम्बन्ध रहता है । परन्तु ऐसा सबके साथ होता है कहना असम्भव है ।



ऐसा इसलिए कहना पड़ता है कि आज अध्ययन के पीछे राजकीय सेवावृत्ति की सोच छिपी हुई है जिसके लिए चिन्तनशील स्वाध्याय न होकर परीक्षेप्रयोगी एवं प्रमाणपत्र प्राप्ति साधनभूत विषय बन चुका है । लेकिन विद्याध्ययन के विषय में देखा जाये तो यह नीकरी चाकरी कम एवं ज्ञान परक अधिक होनी चाहिये । जैसे कि गीता कहती है कि "कर्म करो फल की इच्छा मत रखो" <sup>1</sup> । क्योंकि ऐसा कोई भी कर्म नहीं है जिसका फल नहीं मिलता है । परन्तु आज निष्काम के पाठ को भूलकर पूर्व ही निर्धारित कर लेते हैं यहां तक कि वेतन भी एक माह का पूर्व ले लेने को कई लोगों में भावना जागृत हो चुकी है । जिससे ज्ञान होता है कि समाज में विश्वास की कमी पनप चुकी है । ऊपर चर्चा थी कि मनुष्य का किसी भी काम के पीछे रहस्य रहता है तो क्या सम्पूर्ण घर से सम्बन्ध रखता है या उसमें संख्या में एक या दो पुरुषों से सम्बन्ध रहता है अर्थात् पूरे परिवार से सम्बन्ध न रखते हुये जैसे कन्या पक्ष के घर से सम्बन्ध अधिक होता है जैसे "धान के पीछे ढीले" को भी पानी लग जाता है ऐसे ही घर के माध्यम से श्रेष्ठ घर वालों का भी सम्मान हो जाता है ऐसे ही स्वयं के साथ भी हुआ जिसका सम्बन्ध सम्पूर्ण योगशास्त्र ने शोध कार्य के लिए विवश तो नहीं किया परन्तु उसमें सर्वाधिक महत्वपूर्ण सामाजिक विकास के मूलभूत अहिंसादि धर्म एवं शौचादि नियमों ने किया और इनमें भी सर्वाधिक मेरे लिए

---

1. कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन - गीता २/५७

2. आप्तोपदेशं प्रज्ञानं प्रतिप्रविशकारणम् ।

विकाराणामनुत्पत्तावुत्पन्नानां च शान्तये ॥ चरक - 7/55 , पृ०-170



श्रद्धा के पात्र दो ही विद्यार्थी रहे । प्रथम " स्वाध्यायादिष्ट देवता सम्प्रयोगः " द्वितीय " प्राणायाम " इनका जब भी अध्ययन करता एवं आध्यात्मिक परक व्याख्या पढ़ता तो अनुभव होता यदि इसे वेदों से थोड़ा बाहिर आकर आज भौतिक युग को प्रत्यक्ष रखकर व्याख्या की जाती है तो इससे विशेष जानकारी प्राप्त हो सकती है । जैसे वेदों के नित्यप्रतिसत्त्वर संहिता पद्धति, जटा शिखादि संहित अध्ययन से दिव्य गुणों से युक्त लक्ष्य की प्राप्ति हो सकती है तो निश्चित ही सामाजिक शास्त्रों के अध्ययन से भी समाज को अपने विषय में सफलता प्राप्त हो सकती है । परन्तु यह विद्यार्थी एवं उसके अध्ययन पर निर्भर करता है ।

स्वाध्याय भी सम्यक् ही विशिष्ट ऋतु भूत होता है यदि इसका भी अतियोग हो जाये तो निश्चित ही परीक्षा के दिनों में मनुष्य को रोगग्रस्त भी कर देता है । हम देखते हैं कि जो लोग अत्यधिक अध्ययन करते हुये बुद्धि को विश्राम ही नहीं देते वे अधिकतर परीक्षा के दिनों में रोगी हो जाते हैं । इन्हीं में कुछ ऐसे होते हैं जो माता-पिता के लक्ष्य को समझ रखकर अतियोगात्मक अध्ययन के कारण स्वरूप भी सन्तुलन खो बैठते हैं और मनोनुकूल परिणाम भी पैदा नहीं कर पाते हैं । कारण विश्वास की कमी एवं मातृ सोच होता है । यदि यही मिथ्यायोग रूची रोग से ग्रस्त होते हैं तब भी अनुत्तीर्णता प्राप्त होती है । स्वाध्याय वही है जो अनुशासन की विधि का पालन करते हुये सम्यक् रूपेण से निज सफलता रूची लक्ष्य को समझ रखकर पढ़ा जाये शेष सब दुःख दायक होते हैं । दूसरों का लक्ष्य चिन्ताकारक होता है जो परीक्षा से पूर्व भी एवं परिणाम आने के बाद भी रोग का कारण होता है । जिसके कारण हम देख सकते हैं कि विद्यार्थियों



का दिनागोच्य सन्तुलन बिगड़ जाता है । तो कुछ आत्महत्या भी कर लेते हैं । अतः स्वाध्याय भी सम्यक् सुचारु हो लेना चाहिये वैसे ही जैसे " शारीरिक स्वास्थ्यता के लिए धातु साम्य कहा गया है । "

स्वाध्याय का अर्थ केवल विद्याध्ययन ही नहीं है बल्कि यदि इसी वाक्य को गम्भीरता से लेकर कर सान्ध विच्छेद करते हुये अर्थ निकाला जाये तो पता चलता है इसका अर्थ मनुष्य को अपनी जिन्दगी का अध्ययन करना है जैसे स्व + अध्ययन अधि + यन स्व निज अधि = आत्मा का अयन आगमन क्यों हुआ , क्या है और इसका कर्तव्य क्या है अर्थात् अपनी आत्मा का अध्ययन करना भी है । आध्यात्मिक क्षेत्र भी तो इसी लक्ष्य को समझ रखकर ज्ञान प्रदान करता है । इसी लक्ष्य को वेधने के लिए मनुष्य को पाठ पढ़ाया जाता है कि आपको अन्ततः सभी मन्त्रों का त्याग करते हुये अन्ततः एक अंकार का उच्चारण करना चाहिये यहीं एक मन्त्रों में सर्वश्रेष्ठ मन्त्र है एवं भगवान की मूर्तियों में भी श्रेष्ठ मूर्ति है । इसे ही दूसरे शब्दों में स्वाध्याय कह सकते हैं । जिससे दिव्य आत्म दर्शनी लक्ष्य की प्राप्ति होती है ।

सामाजिक रूप से भी विद्याध्ययन का स्थान महत्वपूर्ण है जो समाज अनपढ़ है वह कभी विकास नहीं हो सकता है । जबकि विकास की दृष्टि से धन भी महत्वपूर्ण स्थान रखता है परन्तु इन दोनों में भी सर्वश्रेष्ठ विद्या धन ही

1. काल बुद्धीन्द्र याथार्थानां योगोमिथ्या न चार्ति च ।

द्वयाश्रयानां व्याधीनां त्रिविधो हेतु संग्रहः ॥-चरक संहिता -1/54, पृ0-29





है ज्ञान धन है जिसके पीछे धन स्वयं आने लगता है । धन विद्या को परितरुप में धरण करता है लेकिन विद्या धन को धरण करे ऐसा बहुत कम सुना है । श्रेष्ठ ज्ञानियों बुद्धिजीवियों एवं वैज्ञानिकों की प्रत्येक देश को आवश्यकता रहती है । जबकि धन का आवश्यकता अनपढ़ देशों की कमजोरी प्रदर्शित करती है । यदि हमारे पास विद्या है तो इस अपने देश को अवश्य ही धनी बना सकते हैं । हमारी सर्वश्रेष्ठ विद्या की आवश्यकता उन देशों को रहेगी जिनके पास सम्पत्ति है । हम विद्वानों से बुद्धि ज्ञान से बिना धन के धन कमा कर अपने देश के विकास में योगदान भी दे सकते हैं । परन्तु यदि विद्या का ज्ञान ही नहीं होगा तो हमें आज कोई बोझा उठाने के लिए श्रमिक भी रखने को तैयार नहीं लगता है । अतः विद्या का अध्ययन परमावश्यक है इसलिए काव्य कुल गुरु महाकाव्य कालीदास ने रघुवंश महाकाव्य के आरम्भ में ही लिखा था कि "वाक् सरस्वती वाणी को साक्षात् मेरे ज्ञान की अविच्छात्री विद्या में मनुष्य को पारंगत होना चाहिये । विद्या धन ही सर्वश्रेष्ठ धन है यदि विद्या धन आपके पास है तो निश्चित ही श्रेष्ठ भौतिक धन आप प्राप्त कर सकते हो । वागर्थी प्रतिपन्नये वाक् विद्या ज्ञान धन को उत्पन्न करने में सामर्थ्य रखता है । मनुष्य को जगत् इसी को माता-पिता समझना चाहिये और माता-पिता को पार्वती और परमेश्वर महादेव समान जानकर बन्दना करनी चाहिये" । ऐसे उदाहरण महर्षि रामदास के आरंभ नारायणन के रूप में आज भी जीवित हैं जबकि इतिहास आजाद भारत के प्रथम राष्ट्रपति डॉ० राजेन्द्र प्रसाद बाबू एवं प्रधानमन्त्रियों में श्रेष्ठ लाल बहादुर शास्त्री जी के रूप में भरा पड़ा है ।

1- वागर्थीविवसमुक्तौ वाग्यप्रतिपत्तये ।

जगतः पितामहो बन्दे पार्वतीपरमेश्वरौ ॥



बताना पता होते हुये भी कि हमारे पूर्व प्रधान मन्त्री स्वर्गीय श्री लाल बहादूर शास्त्री तबकुल निर्धन थे और पढ़ लिख कर वे प्रधानमन्त्री बने बल्कि पूरे राष्ट्र की समृद्धता के मालिक बन गये तदनन्तरमपि अभी तक सर्वाधिक अनपढ़ता के क्षेत्र में हमारे देश की गणना में प्रमुख स्थान है । जिसका कारण केवल असहयोग है । राग द्वेष ही है । चाहे वह सामाजिक हो या प्रशासनिक ही हो । किसी की कोई दिलचस्पी दिखाई नहीं देती है । कोई भी अपने की प्रत्युत्तर नहीं स्वीकार करता हुआ लगता है और जब तक ऐसी घृणित एवं कुण्ठित करने वाली धारणायें समाप्त नहीं हो जाती तब तक स्वाध्याय के क्षेत्र में पारंगतता प्राप्त करवाना कठिन ही नहीं असम्भव लगता है । अतः स्वाध्याय का अर्थ कोई दो शब्दों में केवल देवता की प्राप्ति नहीं है बल्कि उन दिव्य गुणों की प्राप्ति है जिनसे देश का विकास हो सके एवं आध्यात्मिक क्षेत्र से संयोजित जीवन भी सफलता को प्राप्त हो सके । ऐसा इसलिए कि जिस समाज में अनपढ़ता व्याप्त रहेगी और अनपढ़ता से निर्धनता व्याप्त होगी जब निर्धनता रूषी महामारी का समाज में बोलबाला होगा तब यह सोच एवं विचार करना कि उस समाज के सन्त महात्माओं को शान्ति मिल सकेगी असंभव है । क्योंकि इसी को दृष्टि में रखकर चाणक्य ने कहा था कि "राजा को समाज को अच्छा प्रशासन देना चाहिये भ्रष्टाचार को समाप्त करना चाहिये एवं सबको समान अधिकार एवं सुख सुविधायें मिलनी चाहिये यदि राजा इस तरह के प्रशासन देने में विफल रहता है अर्थात् मत्स्य न्याय का राज रहता है । तब साधु समाज को विवश होकर वनों से निकल कर समाज में आना पड़ता है । अर्थात् उन्हें भी आध्यात्मिक क्षेत्र में समाज की अवनाति उद्देलित करनी है ।" जिसका कारण अनपढ़ता एवं अज्ञान ही है ।



अतः आध्यात्मिक एवं सामाजिक क्षेत्र की क्रमशः सफलता के लिए स्वाध्याय का महत्त्व अत्यधिक बढ़ जाता है । इतना ही नहीं ऐसा भी उल्लेख स्मृतियों में पढ़ने को मिलता है जिन्होंने केवल स्वाध्याय से ही ईश्वर की प्राप्ति अर्थात् आत्मदर्शन का समर्थन किया है ।

मनु ने कहा है कि "स्वाध्याय से मनुष्य को पूर्व जन्म का ज्ञान होता है तथा मुक्तिवश्यक ब्रह्मज्ञान को भी प्राप्त होता है ।" आगे लिखी है कि "शौचपूर्वक, क्रोधरहित एवं प्रमादरहित स्वाध्याय करना चाहिये तथा स्वाध्याय के समय गुरु सेवा एवं विधि का पालन करना चाहिये ।"

चरक संहिता कहता है कि आप्तोपदेश अर्थात् स्वाध्याय से अभ्युदय एवं निःश्रेयस की प्राप्ति होती है<sup>२</sup>। अतः आप्तोपदेश का अध्ययन करना चाहिये । जो वेदादि सम्मत हों, जो नास्तिक न हों जिनमें सत्यादि का पालन लिखा है वही स्वाध्याय है ।

इसके आतिरिक्त आप्तोपदेश पर प्रकाश डालते हुये कहती है कि आप्तोपदेश अर्थात् स्वाध्याय — जो धर्म द्वार में तत्पर है और जिन लोगों का भय राग द्वेष लोभ मोह मान अहंकार दूर हो गये हैं, जो ब्रह्मज्ञान अध्यात्म ज्ञान

1. वेदाभ्यासेन सततं शौचेन तपसैव च ।  
अद्रोहेन च भूतानां जाति स्पर्शापौर्विकीम् ॥  
स्वाध्यायेन प्रो होमिस्त्रैविद्येनेज्यया सुतेः ।  
महायज्ञाश्च यज्ञाश्च ब्राह्मीयं क्रियते तनुः ॥  
स्नानं मौनोपवासेज्या स्वाध्ययोपस्थानगृहाः ।  
नियमागुरुशुश्रूषा शौचाक्रोधाप्रमादताः ॥

—मनुस्मृति — 4/148, 2/28, 3/138 , पृ० -624, 625

२ — आप्तोपदेश ५ श्लोकं प्रतिपत्तिश्च कारणम् ।

विकी राजा मनुस्मृत्यनुसंधानं च शान्तमे ॥ चर्क ७/११ ६०/१७०



में तत्पर है और अनुष्ठेय यज्ञादि कर्मों को जानने वाले हैं और जिन लोगों के मन और बुद्धि का प्रचार शिष्टाचार शक्ति नष्ट नहीं हुआ है। ऐसे पहले के एवं उनसे भी पूर्व के आप्त महात्माओं ने अपने दिव्य ज्ञान से पुनर्भव होते देखा है एवं देखकर उपदेश किया है। इस प्रकार आप्तोद्देश द्वारा पुनर्भव की सिद्धि होती है।

इसका लक्षण भी वहाँ पाया गया है कि - आप्त एवं आप्तोद्देश का लक्षण - "अपनी तपस्या एवं ज्ञान के बल से जिनके रज एवं तम से मुक्त हो गये हैं। जिनको सदा भूत भविष्यत एवं वर्तमान का ज्ञान निर्विघ्न रूप से होता रहता है और जिनकी ज्ञान शक्ति कभी नहीं रुकती ऐसे व्यक्ति को आप्त, शिष्ट और विबुद्ध कहा जाता है। ऐसे आप्त व्यक्तियों के वचन सदैव रहित सत्य एवं विबुद्ध होते हैं। आप्त सदा सत्य ही बोलते हैं।"

1. तत्ताप्राप्तगमस्तावदेदः, यश्चान्योऽपि कार्ष्णदेवार्थद्विपरीतः परीक्षेक प्रणीतः शिष्टानुमतो लोकानुग्रहप्रसूतः शास्त्रवादः स तत्राप्तागमः, आप्ताः तमादुपलभ्यते - दान्तजीयज्ञसत्यहिंसाब्रह्मचर्यमभ्युदय निःश्रेयस करणाति ॥  
धर्मद्वारावाहतेष्व व्यपगतभय रागद्वेषलोभमोहयानैर्ब्रह्मपरैराप्तैः कर्मविद्विक्तरनुग्रहत सत्त्वबुद्धिः प्रचारैः, पूर्वपूर्वतरैर्महर्षिभिर्निरव्ययबुद्धिर्बुद्धवो यदिष्टः पुनर्भव इति व्यवस्थेदेवम् ॥  
रजतमोभ्यां निर्मुक्तास्तपोज्ञानबलेनये । येषां त्रिकालममलं ज्ञानमव्याहतं सदा ॥  
आप्तः शिष्टा विबुद्धारत्ते तेषां वाक्यमसंशयम् । सत्यं वक्ष्यामि ते  
कस्मादसत्यं जीरणस्तमाः ॥ - चरक - ॥/ 27, 29, 18, 19, पृ०-216-17





तबन्ध में लिखा गया है -

आप्त शिष्ट एवं विबुद्धका वर्णन भी बहुत ही सुन्दर एवं आकृष्ट रूप में वात्स्यायन स्वाध्याय पर प्रकाश डालते हुये लिखे हैं -

आप्तोपदेश से सभी धर्मशास्त्र , स्मृति, पुराण और वेद वाक्यों का ग्रहण होता है । इनके लेखक कभी झूठ नहीं बोलते थे क्योंकि वे पीत राग द्वेष थे । इन्हें पढ़ना भी स्वाध्याय कहा जाता है । आप्त शब्द नि निरुक्ति वात्स्यायन ने निम्न प्रकार से की है - विषयों के साक्षात्कार का नाम आप्त है और उस आप्त के द्वारा जो कर्म में प्रवृत्त होता है उसे आप्त कहते हैं ।

अपना तपस्या , ज्ञान एवं शक्ति केवल से , कार्य -अकार्य -हित- अहित नित्य -अनित्य इनमें क्रमशः प्रकृति और निवृत्ति के उपदेश द्वारा जो अर्थों के शासन में प्रवृत्त होते हैं उन्हें शिष्ट कहते हैं ।

बुद्धि द्वारा ग्राह्य विषयों का विशेष ज्ञान कर जो कर्म में प्रवृत्त होता है विबुद्ध कहते हैं । इसी को शब्दः भी कहते हैं ऐसा ही मतः तर्क संग्रह का भी है शब्द वेदज्ञान को आप्त वाक्य कहते हैं ।

इस उपरिलिखित पद्धति में भी यही आभास होता है कि स्वाध्याय का अर्थ है आत्मज्ञान स्वयं का ज्ञान जिससे स्वयं को जाना जा सके । अपने भूत वर्तमान एवं भविष्यत का ज्ञान कर मुनित्त को प्राप्त करना जैसे आयुर्वेद शास्त्रों की भी उपयोगिता है । \*



सावित्र महर्षि मंजुल ने कहा है कि "लक्ष्य की प्राप्ति के लिए स्वाध्यायशील होना परमावश्यक है। स्वाध्याय का अर्थ अभ्यास है जिससे विलक्ष्य प्राप्त होता है अतः लक्ष्य की प्राप्ति के लिए ही स्वाध्याय वेदाध्ययन करना चाहिये २५१

### ईश्वरपूजाध्यान

ईश्वर के आगे सभी अहिंसार्थ व्रत तपस्याओं के फलों को समर्पित कर देने से मोक्ष विषयक समाधि की प्राप्ति का लाभ होता है। जिसके विषय में

१. निम्नलिखित श्लोकों में -  
 \* वात्स्यायन - आप्तः खलु कृत साक्षात्सर्ग यथादृष्टमर्थस्य चिख्यापयिष्या प्रयुक्ते ।

उपदेशा तथा साक्षात्करणमर्थस्याप्तः, तथा प्रवर्तते इत्याप्तः ।  
 शिष्ट - स्वर्गीयत्वात्वात् कायक्रिये, हितार्हते नित्यार्थान्तये प्रवृत्तिर्नित्ये  
 उपदेशस्य चिकीर्षया प्रयुक्तो यथार्थ शासनमर्थस्य शिष्टः यथाप्रवर्तते ये  
 ते शिष्टाः ।

विवुद्धः - त्रिवाश्टायथार्थभूता बुद्धिस्तथा प्रवर्तन्तये ते विवुद्धाः ।

आप्तोद्देशः शब्दः

तर्कसंग्रह = आप्तवाक्यः शब्दः ॥ अत्र चरक (चरक) विवेकी

✓ स्वाध्यायादिदष्ट देवतासंप्रयोगः ।



श्री मद्भागवत महापुराण में स्पष्ट रूप से प्रकाश डालते हुये कृष्णद्वैपायन महर्षि व्यास ने कहा है - कार्यावर्चायिक मानसिक एवं बौद्धिक सभी प्रकार की तपस्याओं में भगवान द्वारा की जा रही समझी जानी चाहिये । इन सभी में अपने को जो कर्ता हुआ भी अकर्ता मानता है और हर कारण और कार्य में ईश्वर द्वारा सम्पादित, समझना एवं ईश्वर को समर्पित करना ही ईश्वर प्रणिधान है ।"

इसी को प्रकाशित करता है गीता -

कर्म ब्रह्म से उत्पन्न हुआ है और ब्रह्म की उत्पत्ति अक्षर ॥ नश्वर ॥ परमात्मा से हुई है ।

ऐसी भावना रखते हुये जो तपस्या करते है वही सफल होते हैं क्योंकि जो पूर्ण वर्णित अहिंसा से लेकर स्वाध्याय पर्यन्त कर्तव्य है यम नियम है उनमें अहंकार रहना स्वाभाविक है और यहां अहंकार रहता है वहां प्रभु की प्राप्ति अर्थात् कैवल्य सम्भव नहीं अतः अहं की स्थिति से बचने के लिए एवं परम लक्ष्य की प्राप्ति के लिए ही महर्षि पतञ्जली जी ने यह सुगम एवं अनुपम मार्ग प्रकाशित कर ईश्वरप्रणिधान की स्थापना की है ।

1. वस्रायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा, बुद्ध्यात्मना कनु सुतस्वभावात् ।  
करोति यत् यत् सकलं परस्मै, नारायणार्थेति समर्पयेत्तत् ॥

- भा० पु० २०-११, अ०-२, श्लो० - ३९

2. कर्म ब्रह्मो दधं विद्वि ब्रह्माक्षर समुद्राव ।

• २१ अ० २ श्लो० ३९ • विद्वि यज्ञे प्रतिष्ठितम् ॥ - गीता २।१२



भागवत पुराण में लिखा है कि -

"अपने को ईश्वर प्राणधान करने से मनुष्य कभी कष्टों से पीड़ित नहीं होता है और नेत्र बंद करके दोड़ने पर भी अर्थात् विधि विधान में त्रुटि हो जाने पर भी न तो मार्ग से सरलित होता है और न तो प्रतित फल से वञ्चित ही होता है ।"

इसे इसलिये भी योगी को अपनाना चाहिये ताकि उसमें विमुक्ति न आ जाये क्योंकि ईश्वर विमुख मनुष्य को मृग की अनिर्वचनीय माया धार लेती है जिससे उसमें "मैं देवता हूँ" , या "मैं मनुष्य हूँ" जैसा भाव पैदा होता है । उससे भी ईश्वर प्राणधान से बचा जा सकता है और अन्तः ईश्वर प्राणधान ही जीवन को सकलता है ।" अर्थात् झुककर चलने में हकी महानता है जैसे - जो लोग महान होते हैं उन्हें धना शील कहा गया है जैसे भृगु और विष्णु जी कहावत में चौपाई प्रसिद्ध है ।

दमा बढन को चाहिये छोटन को उत्पात् ।

क्या छोट गयो विष्णु का जो भृगु मारी थी लात् ।

१- यानास्थाय नरो राजन् न प्रमाद्येत कर्हिचित् ।

धावन् निमील्यवा नेत्रे न स्खलेन्न पतेरिह ॥

२- भय द्वितीयाभिर्नवेशतः स्वादीशदपेतस्य विपर्ययोऽस्मृतिः ।

तन्माययातो बुध आभजेत्तं भक्त्यैक्येन गुरुदेवतात्मा ॥

-भा०पु० स्क० - ॥, अ० - २, श्लो० ३५ व ३७





## आसन

जिसके द्वारा बैठा जाये वह आसन कहलाता है ।<sup>1</sup> जो समाधि को सुखमय , सुगम, निष्कण्टक एवं स्थिर बनाये रखे वही सर्वश्रेष्ठ आसन है ।<sup>2</sup>

वैसे आसनों की संख्या व्यासभाष्य कार द्वारा स्पष्टतः एकादश दर्शायी है -

1. पद्मासन , 2. वीरासन , 3. भद्रासन , 4. स्वस्तिक ,
5. दण्डासन , 6. सोपाश्रय , 7. पर्यङ्क , 8. क्रौञ्च निषेदनम् ,
9. हस्तिनिषेदनम् , 10. उष्ट्रनिषेदनम् , 11. समसंस्थान ।<sup>3</sup>

जबकि भोजवृत्ति कार ने पद्मासन, दण्डासन, स्वस्तिकासन आदि कहकर तीनों को ग्रहण किया है । वह आसन जब स्थिर अर्थात् निष्कम्प सुखरूप और व्याकुलता करने योग्य न हो , ऐसा होता है तब योगाइ. गता को प्राप्त होता है ।<sup>4</sup>

परन्तु सर्वदर्शन संग्रह में दस आसनों का वर्णन स्पष्ट है जैसे - पद्मासन , भद्रासन, वीरासन, स्वस्तिकासन, दण्डासन, सोपाश्रय, पर्यङ्क , क्रौञ्चनिषेदन, उष्ट्र निषेदन, समसंस्थानम् । इनमें हस्तिनिषेदनम् ग्रहण नहीं किया गया है ।<sup>5</sup>

1. आस्थितेऽननात् आसनम् - पा०यो०द० भो०पृ०, पृ० - 255
2. स्थिरसुखमासनम् ॥ - पा०यो०द० पा० - 2, सू० - 46
3. तद्यथा पद्मासनं वीरासनं भद्रासनं स्वस्तिकं दण्डासनं सोपाश्रयं पर्यङ्कं क्रौञ्चनिषेदनम्, हस्तिनिषेदनमुष्ट्रनिषेदनं समसंस्थानं स्थिरसुखं यथासुखं चैत्येषमादीनि ॥ - इति व्या०भा०, पा०यो०द०, पृ० - 255
4. पद्मासनं दण्डासनं स्वस्तिकासनादि ॥ - पा०यो०द०भो०पृ०, पृ०-255
5. पद्मासनंभद्रासनं वीरासनं स्वस्तिकासनं दण्डासनं सोपाश्रयं पर्यङ्कं क्रौञ्चनिषेदनं, उष्ट्र निषेदनम्, समसंस्थानम् भेदाददर्शावधम् ॥ - सर्व०द०सं०, पृ० - 614



पद्मासन

दाहिने पैर की बांयी जंघा के ऊपर तथा बायें पैर को दाहिनी जंघा के ऊपर जमाकर रखने से पद्मासन बनता है ।

बद्धपद्मासन

उपरि अवस्था में स्थित यदि पीठ के पीछे से बायें एवं दायें हाथ से क्रमशः दायें और बायें पैरों के अंगूठे को पकड़ लिया जाये तब बद्धपद्मासन बनता है ।

भद्रासन

सीमनी रेखा § लिङ्ग से गुदा की ओर जाने वाली रेखा § के बगल में अण्डकोश के नीचे दोनों पैरों की एडियां जुटा दें तथा दोनों हाथों से पैरों को पकड़े रहें, यह भद्रासन सभी रोगों का नाश करता है ।

वीरासन

एक पैर को मोड़कर दूसरे पैर को उसी प्रकार मोड़ना एक जंघा को दूसरी जंघा पर रख दे सामान्य रूप से बैठने के लिए यह आसन सुखमय आसन है ।

स्वस्तिकासन

सामान्यतया यह आम गोदी § चप्पी § मारकर बैठने को कहते हैं । घुटना और जंघा के बीच में पैरों के तलवों को रखना ही स्वस्तिकासन है ।

दण्डकासन

भूमि में जंघा एवं घुटना सटाकर फैला दें, दोनों पैरों के अंगूठे एवं गुल्फ § एडियां, गिट्टे, घुट्टियां § सही हों । यह दण्डकासन है ।



सोपाश्रय

योगपद ॥ योगाभ्यास के लिए कपड़ा ॥ के साथ बैठना ।

पर्यङ्क

बाहों को घुनों की ओर फैलाकर सो जाना ।

क्रौञ्चान्छिदन

बैठे हुये क्रौञ्च पक्षी के समान बैठ जाना ।

हस्तान्छिदन

हस्ति के बैठने जैसी स्थिति में बैठना ।

उद्ध्रान्छिदन

उठ की तरह बैठना ।

विशेष लाभ के लिए - दोनों पैरों को पीछे की ओर मोड़कर घुटने के बल खड़ा हो जाये । पेट के ऊपर से पीछे की ओर झुककर दोनों हाथों से भूमि में स्थित पैरों को पकड़ने की स्थिति को उद्ध्रान्छिदन कहते हैं ।

समसंस्थानम्

घुनों के ऊपर हाथ रखकर सिद्धासन या पाल्थी लगा ले , शरीर गर्दन एवं सिर एक सीध में रहे ।

निष्ठादन - आसन एवं संस्थान तीनों पर्यायवाची हैं ।

1. दशासन व्याख्या - सर्वोदोक्त , पृ० - 614-615



इनको अपनाने के लिए अभ्यास परमावश्यक है । अभ्यास करने से ही अंगों में शिथिलता आती है तब आसन सिद्ध होते हैं ।<sup>1</sup> जैसा कि स्वयं ग्रन्थकार ने कहा भी है कि " तब तक प्रयत्न करना चाहिये जब तक आसन पर विजय प्राप्त न हो जाये । ताकि " द्वंद से बचा जा सके ।"<sup>2</sup> हलचल, सुख दुःख शीलोष्ण, जयविजय, शरीरकंदन द्वंद से तभी बचा जा सकता है जब आसन विजयी बनोगे । इसी में योग की प्राप्ति भी है ।

### प्राणायाम

प्राण का अर्थ प्राण वायु है ।

प्राणायाम के विषय में वेदों से लेकर योगदर्शन तक क्रमशः बहुत सा साहित्य उपलब्ध होता है । जिनमें प्राणायाम विधि एवं प्राणायाम को अपनाने पर बल दिया गया है । जैसे कि कहा गया है कि मनुष्य के अन्दर इड़ा, पिंगला एवं सुषुम्ना तीन नाड़ियाँ होती हैं और मनुष्य सामान्यतया जब सांस लेता है एवं छोड़ता है तब दो ही इड़ा एवं पिंगला ही रेचक एवं पूरक का काम करती हैं और सुषुम्ना विरक्त रहती है । इसी सुषुम्ना को जागृत करने के लिए प्राणायाम का विधान है ।

- 
1. प्रयत्नशैथिल्यानन्तसमापत्तिभ्याम् ॥ - पाठयोऽदो, पाठ-2, सू०-47
  2. ततो द्वंद्वानभिधातः ॥ - वही - , सूत्र - 48





प्राणायाम का सर्वप्रथम उल्लेख ऋग्वेद काल में ही शुरू हुआ था , जिसका ज्ञान हमें ऋग्वेद के इस मन्त्र से चलता है । जिसमें कहा गया है कि "हे मनुष्य ! तुम वायु का सम्यक सेवन करो अर्थात् प्राणायाम करो जो प्राणविद्या को जानकर प्राण का उपयोग करते हैं , ॥ प्राणायाम करते हैं ॥ वे बलवान् प्रतिष्ठा को प्राप्त होकर एवं दुःख तथा शत्रुओं को जीतकर उत्तम हाथी, घोड़े, मनुष्य, धन एवं सद्बुद्धि से युक्त होकर सदा सबको पुष्ट करते हैं ।" <sup>1</sup>

इसी सूक्त के पंद्रहवें मन्त्र में कहा गया है कि "हे मनुष्यो सुनो ! जैसे अतिप्रशंसनीय बुद्धि वाली विद्या पुरुषार्थों से युक्त विद्वान्जन वायु आदि पदार्थों से युक्त सकाश से दृढ़ निश्चल बहुत से सुखों को भोगता है, तुम भी इस प्राणायाम विद्या को प्राप्त होकर आनन्द को भोगो ।" <sup>2</sup>

इसी क्रम को आगे हम पुराणों एवं स्मृतियों में भी पढ़ते हैं , जिनमें लिखा है कि प्राणायाम के सेवन से वचन पर नियन्त्रण पाया जा सकता है एवं वातपित्त कफ आदि शारीरिक विकारों को भी दग्ध किया जा सकता है । जैसे कि हारीत स्मृति कहती है कि प्राणायाम से वचन ॥ वाणी ॥ पर नियन्त्रण पाया जा सकता है । <sup>3</sup>

1. प्रनू सः मर्तः श्वंसा जनां अतितस्थो वे उती मरुतो यमावत  
अर्वादिषजिं भरते धना नृभिश्च पृच्छयं कृतुमा क्षीति पुष्यति ॥
2. नूळिठर मरुतो वीरवन्तमृतीषाहं रयिमस्मासु धत्त ।  
सहस्रिणं शतितनं शुशुवांसं प्रातर्मध्याध्यावसुर्जगम्यात् ॥  
— ऋ०म० — १, अ० — ११, सू० ६४, मं० १३ एवं १५
3. प्राणायामेन वचनम् प्रत्याहारेण चेन्द्रियम् ।  
धारणाभिवशे कृत्वा दुर्धर्षं मनः ॥ — हा०स्म० अ०-७, श्लो० — ४



इसी प्रकार से कूर्मपुराण ने प्राणायाम को दो भागों में विभाजित करके रख दिया है - 1. सगर्भ , 2. अगर्भ ।

उत्तम , अधम एवं मध्यम तीन प्रकार का प्रतिपादित है और वह दो प्रकार का होता है प्रथम सगर्भ द्वितीय अगर्भ ।<sup>1</sup>

द्वादश बार किया जाने वाला प्राणायाम मन्द चौबीस बार किया जाने वाला मध्यम एवं छत्तीस बार किया जाने वाला प्राणायाम उत्तम होता है ।

प्राणायाम की विधि रेचक §कोष्ठगत वायु का बहिर्गमन ।

पूरक = सांस ग्रहण करना §कोष्ठ में पहुँचाना §

कुम्भक = पूरक से ग्रहण कर कुछ काल के लिए रोकना ।

इस प्रकार से किये जाने वाले प्राणायाम से योगियों द्वारा मन पर विजय प्राप्त की जाती रही है , ऐसा सभी शास्त्रों में कहा गया है ।<sup>2</sup>

इसी समान लिंग पुराण में भी कहा गया है ।<sup>3</sup>

मनु स्मृति कहती है कि "परम तप यदि कोई है तो वह प्राणायाम ही है ।"<sup>4</sup> यागवल्क्य स्मृति ने तो इस तप को प्रायश्चित्त के लिए भी सर्वश्रेष्ठ साधन माना है । जिससे पूर्व जन्म तक के पाप भी नष्ट हो जाते हैं ।

1. उत्तमाधममध्यत्वात् त्रिधायं प्रतिपादितः ।  
स एवं द्विविधोक्त सगर्भोऽगर्भ एव च ॥ -कूर्म0पु0, अ0-30, श्लो0 -31
2. मात्राद्वादशीमन्दश्चतुर्विंशति मात्रिकः ।  
मध्यमप्राणसंरोधः षट् त्रिंशन्मात्रिकोत्तमः ॥ - वही- , श्लो0 - 32  
रेचकः पूरकश्चैव प्राणायामोऽथ कुम्भकः ।  
प्रोच्यते सर्वशास्त्रेषु योगिभिर्भूतमानसैः ॥ - वही- , श्लो0 - 36
3. नीचो द्वादश मात्रस्तु ..... षट् त्रिंशत् मात्र उच्यते ॥ - लि0पु0- 1/8/47
4. एकाक्षरं परं ब्रह्म प्राणायाम परं तपः ।  
सावित्र्यस्तु परं नास्ति मौनात्सत्यविशिष्यते ॥ - मनु0स्मृति - 2/89



याज्ञवल्क्य स्मृति का कहना है कि प्रति दिन सौ बार प्राणायाम करने से सभी पाप नष्ट हो जाते हैं । वे पाप भी जो पूर्व जन्म में किये गये हों एवं जिनके विषय में आप जानते भी नहीं हैं वे भी नष्ट हो जाते हैं ।<sup>1</sup>

हठयोग प्रदीपिका में जो विधि है, उसमें 20, 40, 80 को क्रमशः अधम मध्यम एवं उत्तम माना गया है तथा दिन में चार बार करना चाहिये ।<sup>2</sup>

योगीश्वर याज्ञवल्क्य के मतानुसार शतबार का अर्थ है 25, 50, 100 होगा इससे अधिक कहीं भी उपलब्ध नहीं होता है ।

"मनुष्य दिन एवं रात में 21600 श्वास लेता है, छोड़ता है जिनमें वह प्रत्येक पल में 6 बार श्वास लेता है जबकि 60 पल में 360, एक घंटी में 360 हुये तो 60 घंटी अर्थात् दिन रात में  $360 \times 60 = 21600$  हुये ।"<sup>3</sup> परन्तु यह हंस रूपी मन्त्र को केवल इडा एवं पिंगला ही लेती है । सुषुम्णा जिसे मध्य नाड़ी भी कहा जाता है वह इस आनन्द से वञ्चित रहती है, उसी को वायु प्राप्ति हेतु प्राणायाम करना भी परमावश्यक हो जाता है । जब मनुष्य सुषुम्णा में प्राणायाम से सम्यक् रूपेण प्राणवायु को प्रदान कर देता है, तब उसे लौकिक वायु की आवश्यकता नहीं रहती है। तब वह शनिः शनिः स्तम्भ वृत्ति को प्राप्त हो जाता है, जिससे मुनिगण कालविजयी बनते थे । तब ऐसी स्थिति को प्राप्त योगी का काल भी कुछ नहीं बिगाड़ सकता है ।

1. प्राणायाम शतं कार्य सर्वपापानुपत्तये ।  
उपपातकजातानां अनारिद्विष्टस्य चैव हि ॥ - या०स्म०प्र०, ब्रह्मचारी, 305
2. शनैरशीतिपर्यन्तं चतुर्वारं समभ्यसेत् - हठयोगप्रदी० - 2/11
3. द्रष्टव्य ग्रन्थ - पात०यो०दर्शनम्-श्रीमत् हरिहरानन्द कृत टीका  
सर्व०द० सं०, पृ०- 617



सिध्द  
विष्णु पुराण में कहा है कि प्राणायाम से वायु पर नियंत्रण होती है ।<sup>1</sup>

इसीलिए महर्षि पतंजलि जी ने अपने पातंजल योगदर्शन में चार प्रकार के प्राणायाम का निर्देश किया है ।

प्रथम साधारण आसन के जय होते हुये श्वास प्रश्वास की गति को रोकना प्राणायाम कहलाता है ।<sup>2</sup>

द्वितीय :- बाह्य, रेचक, आभ्यन्तर = पूरक, स्तम्भ = कुम्भक इन तीनों को क्रमशः गणना में ध्यान रखते हुये निरन्तर बढ़ाना चाहिये ।<sup>3</sup>

तृतीय :- श्निः श्निः प्रयास करना चाहिये इससे विश्वास की गति में वृद्धि होती है और योगी <sup>उत्कृष्ट</sup> अध्वरेता होता है । इससे जो अनुभवजन्य है, वह आह्लाद प्राप्त होता है । महर्षि पतंजलि लिखते हैं कि श्वास प्रश्वास दोनों प्राणायामों को करके प्राणवायु को रोकना चौथा प्राणायाम कहलाता है ।<sup>4</sup>

पद्मासन लगा कर करने पर मनुष्य के मुख वदन पर स्फुरणता, प्रसन्नता, नमिता स्वतः प्रकटित होने लगती है और मनुष्य गमगीन, गहन चिन्तन रूपी सागर में मस्त सा रहता है ।

इसके अतिरिक्त जैसे कि उपनिषदों में आया है कि मनुष्य के भीतर अंगुष्ठ मात्र प्रमाण वाला अधिपुरुष रहता है उसकी निरन्तर प्राप्ति की ओर अग्रसर होता है । ५३ अधिपुरुष नागजिह्वा दत्त अंगुल ऊपर रहता है ।<sup>5</sup>

1. प्राणायामेण पवनं प्रत्याहारेण चेन्द्रियम् ।  
वशीकृत्य ततः कुर्याच्चित्तस्थानं शुभाश्रये ॥ - वि० पु० - 6/7/45
2. तस्मिन्सति श्वासप्रश्वासयोर्गतिविच्छेदः प्राणायामः ॥ - पा० यो० सू० - 49
3. बाह्याभ्यन्तर स्तम्भ वृत्तिर्निर्देश काल संख्याभिर्परिव्रज्यते दीर्घसूक्ष्मः ॥  
पा० यो० सू०, पा० - 2, 50
4. बाह्याभ्यन्तरापेक्षी चतुर्थः ॥ - वही - , सू० - 51

5 - अंगुष्ठ मात्र पुरुषोऽन्तरात्मा, सदा जगतां हृदये स्थानि विबुधः ।  
हंसा मन्वीशो जनसाङ्घिकलूपो युरावर विदुश्शूरास्तैश्च भवन्ति ॥ श्वे० श्वसो० अ० ३ मे १३  
दशोऽङ्गुलश्च ॥ श्वे० अ० ३ मे १४





इन सबसे परे अभी जो लिखने से कुछ समय पूर्व भाव आया वह इस प्रकार से है, कि मनुष्य के अन्दर भी मृग की कस्तूरी की तरह एक कस्तूरी होती है, बीड़ा होता है हो सकता है कि इसे ही शास्त्रों ने कौस्तुभ मणि भी कहा हो। यह बीड़ा या मणि का निवास नाभि से कुछ ऊपर और वक्षस्थल से नीचे रहता है, जिसका पता हमें तब चलता है जब हम मल रहित खाली उदर प्रातः या किसी भी समय पद्मासन लगाकर उन्नतशाली होकर विधिपूर्वक प्राणायाम करते हैं, तब यह मणि निरन्तर ऊँची होती हुई अपने स्थान से उठती हुई क्रमशः आठ अंगुली के लगभग ऊपर की ओर आकर वक्षस्थल मणिपूरक स्थान में टकराने लगती है। जहाँ यह साधारण योगी को श्वास को छोड़ने के लिए विवश कर देती है। यही वह स्थान है, जिसे शनिः शनिः प्राणायाम से वश में करके आज्ञाचक्र तक की यात्रा को पूरा किया जा सकता है। यह वास्तव में षट्चक्रों के मध्य में स्थित है। जैसा कि ऊपर लिखा कि इसका निवास स्थान नाभि से थोड़ा ऊपर रहता है, यह स्वयंमनुभूत है। अन्य का ऐसा मत हो कहना असम्भव है। योगियों के अन्दर यह मणि ऊर्ध्वगमन करती है और भोगियों के अधः पतित होती है। जिससे उनमें पशुता कञ्चन कामिनी - अनुराग अधिक पाया जाता है। इसीलिए पशुता से बचे रहने के लिए प्राणायाम की प्रत्यक्षः न कहकर अप्रत्यक्षः योगियों को शिक्षा ग्रहण करनी चाहिये। जिससे मनुष्य विजितेन्द्रिय तो बनता ही है, जबकि इससे "कर्म एवं मायीय मलों का आवरण भी नष्ट हो जाता है और मनुष्य में ज्ञान की ज्योति प्रज्वलित होने लगती है।



ज्ञान के ऊपर आच्छादित आवरण, जिसे अविवेक कहते हैं, नष्ट हो जाता है । जिसकी व्याख्या करते हुये व्यास भाष्य में लिखा गया है कि प्राणायामों का अभ्यास करते हुये योगी का जो विवेक ज्ञान का जो आवरण रूपी कर्म है, वह नाश को प्राप्त होता है/उसको ऐसा कहते हैं - महामोहरूपी जाल = ऐश्वर्यरूप जाल से प्रकाश स्वभाव बुद्धि को ढक कर वह ही अकार्य में युक्त किये हुये हैं । इस योगी के ज्ञान पर आवरण रूप जो कर्म है, वही संसार बन्धन है और प्राणायाम के अभ्यास से वह कर्म निर्बल होता है, क्षण - क्षण, प्रतिक्षण नष्ट होता है । वैसा ही कहा है कि प्राणायाम से अधिक कोई तप नहीं है । उससे मलों का अभाव एवं शुद्धि होती है और ज्ञान का प्रकाश होता है ।<sup>1</sup>

महर्षि पतंजलि कहते हैं कि "धारणाओं में मन की योग्यता भी इसी के करने से आ जाती है "<sup>2</sup> अर्थात् मन नियन्त्रित होकर धारणाओं में विघ्न पैदा करने में अक्षम सा हो जाता है । जिससे धारणाओं को धारण करने में कठिनाई से भी बचा जा सकता है इसलिए भी प्राणायाम करना परमावश्यक है ।

1. प्राणायामान् यस्ततोऽस्य योगिनः क्षीयते विवेकज्ञानावरणीयं कर्म । यत्तदाचक्षते महामोहमयेनेन्द्रजालेन प्रकाशशीलं सत्त्वमावृत्यतदेवाकार्यं निवृद्धं क्त इति । तदस्य प्रकाशावरणं कर्म संसार निबन्धनं प्राणायामाभ्यासाद्दुर्बलं भवति प्रतिक्षणं च क्षीयते । तथा चोक्तम् - "तपो न परं प्राणायामात् ततो विशुद्धिर्मलानां दीप्तिश्च ज्ञानस्य" - इति - व्यास भाष्यः
2. धारणासु च योग्यता मनसः ।। - पा० यो० २०, पा० - २, सू० - ५३



क्योंकि इससे सभी दोषों का नाश होता ही है जैसा कि शंख स्मृति का भी कथन है कि "प्राणायाम के द्वारा सभी दोषों को नष्ट किया जा सकता है और प्राणायाम से प्राण वायु को सर्वाधि ब्रह्माण्ड में चढ़ा कर ॥ अर्थात् श्वासों को खींच कर ॥ व्याहृतियों और प्रणव सहित वेदमाता गायत्री को आरम्भ से सादर तीन बार पढ़ने को ही प्राणायाम कहते हैं ।<sup>1</sup>

इस प्रकार से देखा गया है कि जिस बात पर प्राणायाम रूप में द्वितीय पाद के इन 49 से 53 सूत्रों पर पतंजली जी ने प्रकाश डाला उसका बीज प्रथम पाद के 34वें सूत्र में हो डाल दिया था ।<sup>2</sup> जिसे स्पष्ट करते हुये व्यास भाष्य ने इस ओर ध्यान दिलाते हुये कहा था कि साधक को प्राण के बन्ध को तोड़ना अर्थात् दोनों नासा गुटों से प्रयत्न विशेष से वमन करना एवं संयत करने से अर्थात् इस तरह के प्राणायाम रूपी अभ्यास से मन स्थिर हो जाता है ।<sup>5</sup>

इन सब युक्तियों का आधार परमानन्द प्राप्त रही है।

1. प्राणायामैर्दहेद्दोषान् ॥ - शं० स्मृ० अ० - 7, श्लोक  
सव्याहृतिं सप्रणवां गायत्रीं शिरसासह ।  
त्रिः पठेदायतप्राणः प्राणायामः स उच्यते ॥ - वही - श्लोक-12-13  
पृ० - 331
2. प्रच्छर्दनविधारण्यभ्यां वा प्राणस्य । - पा०यो० सू० - 1/34
3. कौष्ठ्यस्य वायोनस्तिपुटाभ्यां प्रयत्नविशेषाद्वमनं प्रच्छर्दनम्,  
विधारणं प्राणायामः । ताभ्यां वा मनसः स्थितिं सम्पादयेत् ॥  
- व्यास भाष्य , पा० यो० सू० , पा० - 1, सू० - 34



## प्रत्याहार

प्रकर्ष बलपूर्वक इन्द्रियों को हरने वाली प्रक्रिया का नाम प्रत्याहार है । इन्द्रियों १ बुद्धीन्द्रियों एवं कर्मेन्द्रियों १ में राजा चित्त है । जैसे लोक में राजा का अनुगमन प्रजा करती है जैसे आलौकिक जगत् में इन्द्र के आदेश का पालन शेष देवता करते हैं इन्द्र के परास्त होने पर वे भी परास्त हो जाते हैं और इन्द्र के विजयी होने पर शेष देवता भी स्वतन्त्र एवं विजयी होते हैं ऐसे ही शरीर में स्वामी चित्त का अनुगमन शेष दसेन्द्रियां करती हैं जो सांसारिकों के लिए अवगमन एवं योगियों के पक्ष में अपने-अपने विषयों लोक सुखों का त्याग करते हुये अपने स्वामी चित्त के अनुरूप होकर नियम में बंधी बंधने को विवश हो जाता है इसा को प्रत्याहार कहते हैं ।<sup>1</sup> जिससे अर्थात् प्रत्याहार के सिद्ध हो जाने से इन्द्रियों की परमावश्यकता हो जाती है ।<sup>2</sup> इन्द्रियें योगी के अधीन होकर रह जाती है जिनको मुमुक्षु योगी कैवल्य की प्राप्ति के लिए प्रयोग में लाता है । इन्हीं इन्द्रियों को वश में कर लेने से मुमुक्षु को इन्द्रियजय की संज्ञा प्राप्त होती है ।

जैगीषव्य का मत है कि चित्त की एकाग्रता के कारण इन्द्रियों की विषयों में प्रवृत्ति न होना होता है ।<sup>3</sup> उसी एकाग्रता से यह परम वश्यता है । जो चित्त के निरोध होने पर इन्द्रियें भी निरुद्ध हो जाती है । योगी को

- 
1. स्वविषयासंप्रयोगे चित्तस्वरूपानुकार इवेन्द्रियाणां प्रत्याहारः ॥-2/55
  2. ततः परमावश्यतेन्द्रियाणाम् ॥ - 2/55
  3. चित्तैकाग्र्यप्रतिपत्तिरेव जैगीषव्यः ॥ - व्यास भाष्य सूत्र 55 का





दूसरे उपायों में इन्द्रिय जय के समान प्रयत्न करने की आवश्यकता नहीं होती है । इसीलिए प्रत्याहार का विधिपूर्वक पालन करना जरूरी माना गया है ।

प्रत्याहार तक द्वितीय पार की सफलता में जो भाव वार्त्तिक कारों में गणमान्य भोज वृत्तिकार के है वे इस प्रकार के हैं कि वह योग यम नियमादि के द्वारा बीज भाव को प्राप्त हुआ , आसन एवं प्राणायाम से अंकुरित हुआ और प्रत्याहार से पुष्पित हुआ ॥ कुसुमित हुआ ॥ तथा धारणा ध्यान एवं समाधि से फल देता है यह साधना पाद में कहा गया है ।

### धारणा

धारणा = धायति इति धारणा ॥ धारणा का अर्थ महर्षि पतंजली जी के अनुसार सबीज एवं निबीज किसी स्थूल से सूक्ष्म में बुद्धि को निश्चयात्मक एवं विश्वसनीय ॥ प्रत्ययशालिनी ॥ बनाकर इन्द्रियों एवं मन को निरुद्ध कर लगाना है । ऐसा करने से मन एक देश का आलम्बल लेकर ध्यान एवं समाधि की दिशा में अग्रसर होता है <sup>क</sup> ।

ध्यान एवं समाधि तथा उपरिलिखित धारणा तीनों को एकत्र करके महर्षि पतंजली जी ने संयम का नाम दिया है जैसे कि तपः स्वाध्याय एवं ईश्वर प्रणिधान को क्रिया योग की संज्ञा मिली हुई है ठीक वैसे ही यहां इन

1. तदयं योगो यमनियमादिभिः प्राप्त बीजभावः ।

आसन प्राणायामैरङ्कुरितः प्रत्याहारेण पुष्पितो ध्यान धारणा

समाधिभिः फलपति, इति साधनापादः ॥-पा०यो०द०भो०पृ०, पृ०- 272

क - धारणा अर्थ Note उपरे दृष्टे लिखितम्



“तीनों को संयम के नाम से जानने को कहा गया है और ये तीनों कार्य समाधि के अन्तरङ्ग माने जाते हैं जबकि क्रियायोग समाधि के साधन भूत केवल बहिरंग हैं।”

परन्तु यहां ये समाधि के अतरंग व्यापार है परन्तु वास्तव में ये भी केवल्य की दिशा में बहिरंग ही जानने चाहिये। इसलिये प्रत्याहार के पश्चात् ग्रन्थ कर्त्ता ने धारणा को दृढ़ बनाने के लिए कहा है। इसी क्रिय में भगवान् श्रीकृष्ण द्वैपायन द्वारा रचित भागवत पुराण में कथा आती है जिसमें राजा परीक्षित को शुक देवजी पूछने पर बताते हैं कि हे परीक्षित! साधक को यदि ईश्वर का ध्यान करते समय मन रजो गुण से विक्षिप्त एवं तमोगुणाभिभूत मूढ़ हो जाये तो उस साधक को चाहिये कि वो छबराये नहीं बल्कि धैर्य के साथ योगधारणा के द्वारा उसे वश में करे, क्योंकि धारणा उक्त दोनों दोषों को मिटा करके रख देती है और मन को पुनः पुनः लौटा कर परमार्थ में लगाती है। अतः ध्यान की सिद्धि के लिए भी धारणा में धैर्यता परमावश्यक है। जिससे और योग शीघ्र हो सम्पादित होता है<sup>२</sup>।

क- तत्र दशबन्धश्चित्तस्य धारणा । - पा०यो०द० पा०-३, सू० - २

॥ त्रयमेकत्र संयमूः ॥ - पा०यो०द० पा०-३, सू० - ४

२- रजस्तमोभ्यामाक्षिप्त विमूढमनः आत्मनः ।

यच्छेद्धारणया धीरोहन्ति या तत्कृतं मलमू ॥ - भा०पु० सू०-२, अ०-१, श्लो०-२०

यस्यां संधार्यमानायां योगिनो भक्तिर्लक्षणः ।

आशु सम्बध्यते योग आश्रयं भद्रमीक्षितः ॥ - भा०पु० सू० - २, अ० - १, श्लो०-२१



महर्षि पतंजली जी ने केवल किसी भी योग योग्य देश में चित्त लगाकर उसे स्थिर करने को उपदिष्ट & प्रदर्शित & किया है । उन्होंने किसी विशेष का नामो-ल्लेख नहीं किया है जिससे पता चलता है कि साधक को जो भी शास्त्र सम्मत है उसा में योग धारणा को निश्चित करना शोभायमान एवं साधक का लक्ष्य बेधक है । जबकि अन्यत्र इसका सूक्ष्म विवेचन मिलता है । जैसे कि व्यास भाष्य कहता है कि नाभि चक्र में , हृदयकमल & हृदय पुण्डरीक & में मूर्द्धा स्थिति ज्योति प्रज्ञा ज्योति में , नासिका के अग्र भाग में , जिह्वा के अग्र में या किसी तीर्थ स्थान देवालय या पर्वतादि में या अपने ही शरीर में किसी भी अंग में या सन्धि स्थान में मन को धर्म के साथ लगाना पुयुक्त करना चाहिये यही धारणा है ।

इसी तरह से भोजवृत्ति भी नाभि चक्र में हृदय पुण्डरीक एवं नासिकाग्र के आदि शब्द लगाकर सभी श्रेष्ठ स्थानों में धारणा की प्राप्ति के लिए बल देते हैं ।

शिवयोग मार्ग में द्वादश प्रकार की धारणा का वर्णन है -

मूलाधार - स्वाधिष्ठान - नाभिचक्र - हृच्चक्र - कण्ठचक्र - राजदन्त -  
अथवा - & जिह्वामूल & - या शून्य दशमद्वार ध्येय होता है , भूचक्र - निवर्णि चक्र = ब्रह्मरन्ध्र ब्रह्मरन्ध्र से ऊपर अष्ट दल मे & यहां त्रिकूट नामक तिमिर के भीतर आकाशबीज रहित शून्य स्थित ऊर्ध्व शक्ति ध्येय है , समष्टि

---

1. नाभिचक्रे, हृदयपुण्डरीके, मूर्ध्नि ज्योतिषी, नासिकाग्रे, जिह्वाग्रे इत्येवमादिषु देशेषु बाह्ये वा किये चित्तस्य वृत्तिमात्रेण बन्धति धारणा ॥ - व्यास भाष्य, पाठ यो २०, पाठ-३,



कार्म ॥ अहंकार ॥ - कारण - ॥ महत्तत्त्व या अक्षर ॥ एवं निष्कल - ग्रहीतपुरुष  
रूपी द्वादश धारणायें हैं ।

भागवत पुराण में धारणाओं के क्रिय में निम्न रूपों से वर्णन मिलता है  
यहां पर परम पुरुष के शरीर में स्थानोंलेख है जिनमें धारणा की जा सकती है ।  
जब योगेन चित्त निर्मल हो तो नासिकागु भाग में दृष्टि जमा कर इस प्रकार  
से देखना चाहिये जैसे कि - 1. भगवान का मुख कमल आनन्द से प्रफुल्लित है ,  
2. नेत्र कमलकोश के समान रतनारे हैं, 3. शरीर नीलकमलदल के समान श्याम है ,  
4. हाथों में शंख चक्र, गदा एवं पद्म धारण किये हैं । 5. कमल के केसर के  
समान पीला रेश्मी वस्त्र लहरा रहा है , 6. वक्षः स्थल में श्रीवत्स चिन्ह है ,  
7. और गले में कौतुभ्रमणि है । 8. वनमाला चरणों तक लटकी हुई है,  
जिसके चारों ओर भीरे सुगन्ध से मतवाले मधुर-मधुर गुंजार कर रहे हैं ,  
8. अंग प्रत्यंग में महामूल्य हार-कड्. कण-किरीट-भुजबन्ध और नूपुर आदि  
आभूषण विजरामान हैं , 9. कमर में करधनी की लड़ियां उस की शोभा बढ़ा  
रही है । भक्तों के 10. हृदय कमल ही उनके आसन हैं , 11. उनका दर्शनीय  
श्यामसुन्दर स्वरूप अत्यन्त शान्त एवं मन और नयनों को आनन्दित करने  
वाला है । 12. उनकी अति सुन्दर किशोरावस्था है । 13. वे बड़े आतुर  
हैं जिसेस तुरन्त भक्तों पर कृपा करने वाले लगते हैं । 14. बड़ी मनोहर झांकी  
है । 15. भगवान की सभी लोकों में सदा वन्दना हो रही है । 16. उन परम  
पवित्र यश परम कीर्तनीय है । 17. वे राजा बलि आदि परमयशस्विनों का  
यश बढ़ाने वाले भगवान वामन है । इस प्रकार से श्री नारायण देव का सम्पूर्ण





अंगों सहित तब तक ध्यान करे जब तक चित्त वहां से हटे नहीं । भगवान की लीलायें बड़ी ही दर्शनीय चिंतनीय एवं श्रवणीय है, अतः अपनी रुचि अनुसार खड़े हुये , चलते हुये , बैठे हुये, पौढ़े हुये अर्थात् अन्तर्गामी रूप में स्थित श्रवणावस्थित हुये उनके स्वरूप का विषुद्ध भगव युक्त चित्त से चिन्तन करे । इस प्रकार योगी जब यह अच्छी तरह देख ले कि भगवद्विग्रह में चित्त की स्थिति

१. — यदा मनं स्वं विरजं यागेन सुसमाहितम् ।  
काष्ठानि भगवतो ध्यायेत् स्वनासाग्रावलोकनः ॥

प्रसन्नवदनाम्भोजं पद्मगर्भाक्षिणम् ।  
नीलोत्पलदलश्यामं शिखिगुदाधरम् ॥

लसत्पद्मं कज्जलकपीतकौशेयवाससम् ।  
श्रीवत्सवक्षसं झञ्जत् कौस्तुभामुक्तकन्धरम् ॥

मद्विरेफकलया परीतं वनमालया ।  
पराध्वजहार वल किरीटाद् गदनूपुरम् ॥

काज्यी गुह्येल्लसच्छोणिं हृदयाम्भोजकिटम् ।  
दर्शनीयं शम्भुशतं मनोनयनवर्धनम् ॥

अपीच्यदर्शनं शश्वत्सर्वलोकनमस्कृतम् ।  
सन्तं वयसि केशोरे भृत्यानुग्रहकातरम् ॥

कीर्तन्यतीर्थधरं पुण्यश्लोक यशस्कृतम् ।  
ध्यायेद्देवं समग्राद् गन्धावन्न च्यवते मनः ॥

स्थितं व्रजन्तमासीनं श्यानं वा गुहायाम् ।  
प्रेक्षणीयेहितध्या येच्छुद्धभावेन चेतसा ॥

तस्मिन्लब्धपदचित्रं सर्वविषयसंस्थितम् ।  
विलक्ष्यैकत्रसयुज्याद्देवं भगवते मुनिः ॥

— श्रीमदभारत मण्डल ३, अ० - २८, श्लोक - १२-२०



हो गयी है , तब वह उनके समस्त अंगों में लगे हुये चित्त को विशेष रूप से एक-एक अंग में लगावे । इसी प्रकार से धारणा वास्तव में दृढ़ होती है और मनुष्य का समर्पण प्रति गमन करने वाला ध्यान रूपा मार्ग प्रशस्त होता है ।

ऐसे ही कूर्मपुराण ने कहा है कि मनुष्य को ध्यान से पूर्व द्वादश धारणा करनी चाहिये तब धारणा स्थिर बनती है और द्वादश धारणा से ध्यान की उत्पत्ति है और द्वादश ध्यान से साधक समर्पण को प्राप्त होता है ।

### ध्यान

#### ध्यान नं० - 1

महर्षि पतंजली लिखते हैं कि "धारणा " से हृदयमन जब सम्यक्तया निश्चल एवं स्थिर हो जाये , तब साधक विश्वास से सम्पन्न होकर साकार मूर्तियों या वैर्णायक मूर्ति या शाब्दिक मूर्ति में या देहस्थित आत तत्त्व में भगवान का ध्यान करे , जिसके सुचारु रूपेण करते हुये समर्पण प्राप्त की जा सकती है ।

इसी की विधि का वर्णन श्री मद्भागवत पुराण में निम्नलिखित रूपेण उपदिष्ट है जो कि सम्भवतः बिल्कुल कसौटी पर भी उतरता है, वह है - भगवान के चरण से लेकर प्रभु के क्रमशः उपर ऊठते हुये सम्पूर्ण इ.ग शरीर में इस प्रकार से अपने अन्तःकरण में भाव पैदा करने चाहिये और आनन्दान्तिरेक को उत्पन्न करना चाहिये जैसे कि - भगवान के चरण कमलों का ध्यान करना चाहिये जिनमें वज्र , अंकुर , ध्वजा और कमल के मंगलमय चिन्ह युक्त है तथा अपने उभर



हुये लाल - लाल शोभायमान नयं चन्द्र मण्डल की चन्द्रिका से ध्यान करने वालों के हृदयस्था ॥ हृदिस्था ॥ अज्ञान रूपी घोर अन्धकार को धी डालते हैं ।

इन्हीं की धोवन से नदियों सर्वश्रेष्ठ श्री गंगा जी प्रकट हुई थीं, जिनके परमपवित्र जल को मस्तक पर धारण करने के कारण स्वयं मंगलमय श्री महादेव जी और भी अधिक मंगलमय हो गये थे । ये अपना ध्यान करने वालों के पाप रूप पर्वतो पर छोड़े इन्द्र के वज्र के समान है । इस प्रकार से भगवान के चरण कमलों का चिरकाल तः चिन्तन करना चाहिये<sup>2, 1</sup> ।

इसके पश्चात् साधक को चाहिये कि भवमय हारी अजन्मा भगवान श्रीहरि की दोनों पिंडालियों एवं छुट्टनों का ध्यान करे, अन्तःकरण से चिन्तन शील मन को थोड़ा उपर की ओर उठाते हुये जाघों का ध्यान करे तथा भगवान गरुड़ जी की पीठ पर आसीन है ऐसा मन हो मन चिन्तन से देखें<sup>3</sup> ।

1. सच्चिन्तयेद्भगवतश्चरणारविन्दं ,  
वज्राङ्ग. कुशध्वजसरोरुहलाञ्छनादयम् ।  
उत्तुङ्ग. गरक्त विलसन्नरुचक्रवाल  
ज्योत्स्नाभिराहदमहदहृदयान्धकारम् ॥
- 2 - यच्छौशानिःसुतसर्पितप्रवरोदकेन  
तीर्थेन मूधन्व्यं धिक्कृतेन शिवः शिवोऽभूत् ।

- 3- ध्यातुर्मनः शमलशैलनिसृष्टवज्रम्  
ध्यायेच्चिरं भगवतश्चरणारविन्दम् ॥

- श्रीमद्भाग ० म० पु० स्क० - 3, ३०-28, श्लो० - 21-22





“ तब ओर थोड़ा सा ऊपर उठते हुये सम्पूर्ण लोको के आश्रय स्थान भगवान के उदर में नाभि सरोवर का ध्यान करे । जो कि विधाता ब्रह्मा जी को भी प्रकटित करने वाला मुख्य स्थान रहा है । फिर सर्वश्रेष्ठ दोनों स्तनों का चिन्तन ॥ ध्यान ॥ करे । उसके पश्चात् भगवान के वक्षः स्थल का ध्यान करे जो कि भगवती लक्ष्मी का निवास स्थान है और लोगों के मन एवं नेत्रों को आनन्द देने वाला है । फिर सम्पूर्ण लोकों के वन्दनीय भगवान के गले का चिन्तन करे जो मानो कोस्तुभमणि को भी सुशोभित करने के लिए ही उसे धारण करता है ।

तब भगवान की सर्वलोकाश्रयता चारों भुजाओं का ध्यान करे, तब सहस्र धारों वाले भगवान की दाहिनी तर्जनी पर सुशोभित सुदर्शन चक्र का ध्यान एवं चिन्तन करें एवं कर कमल में राजहंस के समान विराममान शंख का भी ध्यान करे । तब विपक्षी वीरों को कुचलने वाली गदा का ध्यान करे । तदनन्तर भीरों के शब्द से गुज्जायमान वनमाला का एवं कण्ठ में सुशोभित कोस्तुभमणि का ध्यान करे ।

- 1- जानुद्वयजलजलोचनया जनन्या, लक्ष्म्यार्खितस्य सुखीन्दितया विधातुः ।  
 उध्वोर्निधाय करपल्लवरोचिषायत्, संलालितं हृदि विभोरभवस्य कुयति ॥  
 ऊरु सुपूर्ण भुजयोरधि शोभमाना, वो जो निधी अतसिकाकुसुमाकाशौ ।  
 व्यालम्बिपीत वरवाससि वर्तमान, काञ्ची कलापपरिरर्म्भितम्बबिम्बम् ॥  
 नाभिहृदं भवनकोश गुहोदरस्थं, यत्रात्मयो निर्धोणार्खिललोकपदम् ।  
 व्यूढ हरिर्नर्मणि वृष्टतनयोरमुख्यं, ध्यायेद्यं विशद हारमयूखगौरम् ॥  
 वक्षोऽधिवासमुख्यस्य महार्विभूतेः, पुत्रां मनोनय निर्वृत्तिमा दधानम् ।  
 कण्ठं च कोस्तुभमणेरधिषूष्णार्थं, कुयन्मिनस्यार्खिललोकनमस्कृतस्य ॥  
 बाहूश्च मन्दरगिरे परिवर्तनेनार्तिर्निक्तबाहुवलयान्धिलोकपालान् ।  
 सज्जिचन्तयेद्दशशतारमसद्वयतेजः, शङ्ख द्युतत्करसरोरुहराजहंसम् ॥  
 कौमोदकीं भगवतोदयितां स्मरेत्, दिग्धामरातिभृशौणितिकर्दमेन ।  
 मालां मधुप्रतपसूर्धगरोपयुष्टां, चैत्यस्य तत्त्वममलं मणिमस्य कण्ठे ॥  
 -श्रीमद्भागवतपुराण, स्क०-३, अ०-२८, श्लो० - २३- २८ ।





## ध्यान नं० - 2

भक्तों पर कृपा करने वाले ही यहां साकार रूप धारण करने वाले श्री हरि के मुख का ध्यान करे जो कि नासिका से सुशोभित है । अतिशय स्वच्छ कपोलों के साथ मनोहर जान पड़ता है जो कि काली-काली अलका वाली से मश्रित भगवान का मुख मण्डल अपनी कान्ति के द्वारा भूषणों से सेवित कमल कोश का भी तिरस्कार कर रहा है उसी मुखवदन पर विराजमान मछलियों के जोड़ों को भी मत्त करने वाले दोनों नेत्रों का ध्यान करे । उन्नत भूलताओं से सुशोभित भगवान के ऐसे मनोहारी मुखारविन्द की मन में धारणा करके आलस्य रहित हो उसी का ध्यान करे ।

हृदय गुदा में चिरकाल तक भक्ति भाव से भगवान के नेत्रों की चितवन का ध्यान करना चाहिये - जो कृपा से और प्रेम से परिपूर्ण मुस्कान से क्षण - क्षण अधिकाधिक बढ़ती रहती है विपुल कारि करता है, और भक्तजन साधकों के अत्यन्त घोर तीनों तापों आध्यात्मिक, आधिदैविक, आधिभौतिक का नाश करने के लिए ही प्रकट हुई है । विश्व को मोहित एवं मुनियों को मोहित करने के लिए भगवान द्वारा धारण परिपूर्ण हास्य मन्द-मन्द मुस्कान को धारण करने वाले भगवान के भूमण्डल का ध्यान करे ।

अत्यन्त प्रेमार्द्रभाव से अपने हृदय में विराजमान श्री हरि के खिलखिलाकर हंसने का ध्यान करे, जो वस्तुतः ध्यान के ही योग्य है तथा जिसमें ऊपर और नीचे के दोनों होठों की अत्यधिक लालिमा अरुण कान्ति के कारण उनके कुन्दकली के समान कुछ छोटे - छोटे दांतों पर लालिमा सी प्रतीत होने लगी है । इस प्रकार ध्यान में तन्मय होकर उनके सिवा या आत्मा के सिवा किसी अन्य पदार्थ को देखने की इच्छा न करे ।



इसी प्रकार ध्यान के अभ्यास से साधक का परमतत्त्व श्री हरि में प्रेम हो जाता है, उसका हृदय भक्ति भाव से द्रवित हो जाता है, शरीर में आनन्द अतिरेक के कारण रोमाञ्च होन लगता है, उत्कण्ठा जनित प्रेमाश्रुओं का धारा में बारंबार स्वदेह को नहलाता है और मछली पकड़ने के कटे के समान श्री हरि को अपनी ओर आकर्षित करने के साधन रूप अपने चित्त को भी धीरे - धीरे ध्येय वस्तु से हटा लेता है इसी को वास्तव में महर्षि पतञ्जली के अनुसार धारणा के पश्चात् विश्वास से परिपूर्ण होकर एकतत्त्व का चिन्तन करने को कहा है ।

1. भूत्यानुकम्पितधियेह गृहीतमूर्तेः, संजितयेदभगवतो वदनारविन्दम् ।  
 यदिस्फुरमकरकुण्डलवर्लिङ्गतेन, विद्योतितमलकपोलमुदारनासम् ॥  
 यच्छ्रीर्निकेतमलिभिः परितोष्यमानं, भूत्या स्वयां कुटिलकुन्तलवृन्दजुष्टम् ।  
 मीनदयाश्रदमर्षिर्द्विषदब्जनेत्रं, ध्यायेन्मनोमय तन्द्गत उल्लसद्भु ॥  
 तस्यावलोकमर्धकं कृपयातिघोर, तापत्रयोपशमनाय निसृष्टमक्षणेः ।  
 स्निग्धस्मितानुगुणितं विपुलप्रसादं, ध्यायेच्चिरं वततभावनया गुहायाम् ॥  
 हासं हरेरवनता खिललोकतीव्र शोकाश्रुसागरविशोष्णमत्युदारम् ।  
 सम्भोहनाय रचितं निजमाययास्य, भ्रूण्डलं मुनिकृते मकरध्वजस्य ॥  
 ध्यानायनं प्रहसितं भगसारुणायिततनुद्विज कुन्दपद्मि. क्त ।  
 ध्यायेत्स्वदेह कुहरेऽवसितस्य विष्णो भक्त्याऽऽर्द्रयार्पितमना न पृथग्ददृक्षेत् ॥  
 एवं हरौ भगवति प्रतिलब्धभावो भक्त्या द्रवदधृदय उत्पुलकः प्रमोदात् ।  
 ओत्कण्ठय बाष्पकलया मुहुर्यमान स्तच्चारपि चित्तवर्षिऽशं शनैर्विमुद्. क्ते ॥  
 श्रीमद्भाग० म० पु०, स्क०-३, अ० - २८, श्लो० - २९-३४



यह द्वादश धारणाओं के बाद एक धारणा को एवं द्वादश ध्यान के पश्चात् एक परमार्थनीय श्रीहरि रूपी ध्यान को बल मिलता है । ऐसा कहना की प्रथमतः एकतत्त्व पर विश्वास जम जाये अतिशयोक्ति होगी जैसे मनुष्य किसी वृक्ष पर चढ़ कर जब तक उसका पत्ता पत्ता छान नहीं लेता तब तक उसके चित्त में सन्देह रहता है जिस सन्देह को मिटाने के लिए वह वृक्ष की टहनियों को छान कर जब शान्त हो जाता है तब उसे उस सम्पूर्ण विकसित वृक्ष का स्मरण रहता है उसे तत्पश्चात् स्मरण करने की इच्छा नहीं रहती ठीक वैसे ही आत्म तत्त्व की प्राप्ति के लिए भी साधक गण करते आये हैं । जैसे बहुत से वेदादि शास्त्रों के अध्ययन के पश्चात् भी मनुष्य को एक अंकार को का उपदेश है परन्तु मनुष्य उसी अंकार की खोज करने के लिए जब तक युक्त युक्त शास्त्रों को नहीं पढ़ लेता तब तक उसका मन अंकार में समाहित नहीं होता है । इसी अंकार का आलम्बन कर वह शास्त्र रूपी वृक्षों को छान कर अन्ततः अंकार पर उतरता है ठीक वैसे ही चरणों से लेकर साधक शनैः शनैः अजन्मा भगवान श्री हरि के मुख ध्यान तक ध्यान करते हुये सम्पूर्ण श्रीहरि का मन ही मन में ध्यान करते हुये उसी में समाहित हो जाता है, तन्मय हो जाता है जिसे योगशास्त्र में ध्यान कहते हैं । ऐसे ही जैसे बहुत से तीर्थों की यात्रा से मन संतुष्ट होकर सबको एकाकार कर मन में समाहित कर लेता है और स्वयं को सबमें समाहित होता हुआ देखने लगता है ।





## समाधि

समाधि के विषय में महर्षि पतञ्जली जी का मानना है कि मात्रात्मक आभास से भी रहित ध्येयाकार स्वरूप अहंताच्छादित रूप शून्य होने को ही समाधि कहते हैं<sup>1</sup>। अर्थात् जब साधक ध्यानावस्था में ध्यान करते - करते उसी ध्यानार्थ ध्येय में विलीन हो जाता है और अहं रूपी स्वरूप से रहित हो जाता है अर्थात् ध्येय में तन्मय हो जाता है उसी ध्यानावस्था का नाम ही समाधि है ।

यह समाधि वैसी ही प्रतीत होती है जैसे कभी-कभी हम देखते हैं कि गले में आभूषित माला को भी हम भूल जाते हैं और अपने मन को अन्यत्र लगा देते हैं । ऐसा उदाहरण सम्भवतः साधारणतः लोक में दृष्टिगोचर होता हुआ सा देखा जा सकता है ।

कई बार सामान्य मनुष्यों में भी ऐसी भावना देखने को मिलती है, जब कोई अपने परमहितैषी के विषय में चिन्तन कर रहा होता है और अन्य के बुलाये जाने पर भी उसे उसके कानों में ध्वनि तक सुनाई नहीं देती है या कई बार मनुष्य के हृदय में कोई चिन्तन चल रहा होता है और मुख्य बात किसी अन्य के बुलाने पर उससे करता है और उसकी बात का स्पष्टतः प्रश्नकर्त्ता के अनुसार पूर्ववत् उत्तर नहीं देता, जिसके कारण स्वरूप प्रश्नकर्त्ता कुछ खिन्न सा हो जाता है या पुनः कुछ समय के पश्चात् बात करने को कहा करते हैं, यही वास्तव में

1. तदेवार्थमात्रनिर्भासं स्वरूपशून्यमिव समाधिः ॥-पाठयोऽदो, पाठ-३, सू-३









लय रूप निवृत्त से अपनी सुख दुःख रहित ब्रह्मरूप महिमा में स्थित होकर परमात्म तत्त्व का साक्षात्कार लेने पर वह योगी जिस सुख दुःख के भोक्तृत्व को पहले अज्ञानवश अपने स्वरूप में देखता था, उसे अब अध्याकृत अहंकार में ही देखता है ।

आगे एक ओर उदाहरण प्रस्तुत करते हुये कहते हैं कि जैसे मदिरा से मतवाले पुरुष को अपनी कमर पर लपेटे हुए वस्त्र के रहने या गिरने की कुछ भी सुविधा नहीं रहती, उसी प्रकार चरमावस्था को प्राप्त हुए सिद्ध पुरुष को भी अपनी दह के उठने-बैठने अथवा दैव वश कहीं जाने या जाकर लौट आने के विषय में कुछ भी ज्ञान नहीं रहता है, क्योंकि वह अपने परमानन्दमय वास्तविक स्वरूप में स्थित है ।<sup>1</sup> उसका शरीर तो पूर्व जन्म के संस्कारों के अधीन है, अतः जब तक उसका आरम्भक प्रारब्ध शेष है तब तक वह इन्द्रियों के सहित जीवित रहता है, किन्तु जिसे समाधि पर्यन्त योग की स्थिति प्राप्त हो गई है और जिसने परमात्मतत्त्व को भी भलिभांति जान लिया है, वह सिद्ध पुरुष पुनः-कलत्रादि के सहित इस शरीर को स्वप्न में प्रतीत होने वाले शरीर के समान फिर स्वीकार नहीं करता फिर उसमें अहन्ता ममता नहीं रहती है अर्थात् जिस में अहन्ता भी विलीन हो जाती है उसी लब्ध्यात्मतत्त्व को समाधि योग की संज्ञा दी गई है यही वास्तविक समाधि भी है । परम हंस रामकृष्ण भी इसी को कहते हैं ।<sup>2</sup>

1. देहं चतं न चरमः स्थितमुत्थितं वा, सिद्धो विपर्ययति यतोऽध्यगमत्स्वरूपम् ।  
 दैवदुपेतमथ दैववशादपेतं वासो यथा परिकृतं मदिरामन्दान्धः ॥  
 देहोऽपि दैववशाः सुलुर्कर्मयावत् स्वारम्भकं प्रतिसमीक्षत एव सासुः ।  
 तं प्रपज्यमधिरूढं समाधियोगः स्वाप्नं पुनर्न भजते प्रतिबुद्धिवस्तुः ॥
2. - श्रीमद् भगवद्गीता स्क०-3, अ०-28, श्लो० - 37-38  
 परमहंस, श्रीमद् कृष्ण लीला प्रसंग





कैवल्य

समाधि का बने रहना एवं परमात्मतत्त्व को प्राप्त कर उसका पौनः पुन्येन आत्मा को परमात्मा में लगाना तथा सामाजिक जगत में भी सब की आत्मा को अपने से अभिन्न एवं सबमें अपनी ही झांकी को देखने वाला कैवल्य को प्राप्त होता है । कैवल्य को प्राप्त योगी में हकी समत्व भाव पनपता है ।

गीता में भी भगवान श्री कृष्ण कहते हैं कि योगी को सर्वत्र समदर्शी होना चाहिये । ज्ञान से सम्पन्न एवं पक्व ज्ञान रूपी फलों से नमित बनकर योगी को ब्राह्मण, गौ, हाथी, कुत्ते और चाण्डाल एवं इनसे भिन्न जो भी चराचर जगत में दिखाई देता है सबमें समान भाव रखना चाहिये यही समत्व योग है यही कैवल्य दायक है । जिस प्रकार देहदृष्टि से सभी जरायुज, अण्डज, स्वेदज एवं उद्भिज चारों प्रकार के प्राणी पञ्चभूतमात्र है, उसी प्रकार सम्पूर्ण जीवों में आत्मा को एवं आत्मा में सम्पूर्ण जीवों अनन्यभाव से अनुगत देखे । जिस प्रकार एक ही अग्नि अपने पृथक्-पृथक् आश्रयों में उनकी विभिन्नता के कारण भिन्न-भिन्न आकार का दिखाई देता है उसी प्रकार देवी मनुष्योदि शरीरों में रहने वाला एक ही आत्मा अपने-अपने आश्रयों के गुण भेद के कारण भिन्न-भिन्न प्रकार का भासता है । अतः भगवान का भक्त जीव के स्वरूप को छिपा देने वाली कार्यकारण रूप से परिणाम को प्राप्त हुई भगवान की इस अचिन्त्य मयी माया को भगवान की कृपा से ही जीतकर अपने वास्तविक स्वरूप ब्रह्म रूप में स्थित होता है ।

1. सर्वभूतेषु चात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि ।। श्री ० मद्भा ० म ० पु ०, स्क ०-३, अ ०-२८, श्लो ०-४२
2. ईद्वैतानन्य भावेन भूतेष्विव तदात्मताम् ।। - गीतायाम् ६/१३
3. विधा विनय सम्पन्ने ब्राह्मणे गर्वि हस्तिनि ।। योनीधं गुणविधा तथा ५५ त्मा शुनि चैव श्वपाके च पण्डिता समदर्शिनः ।। तस्मादिमां स्वां प्रकृतिं देवी सदसदात्मिकाम् । स्वायोनिषु यथा ज्योतिरेक नानाप्रतीयते ।। श्री गीता १०/३, ३४-२८, २९/१०-११ प्रकृतौ स्थितः ।। तस्मादिमां स्वां प्रकृतिं देवी सदसदात्मिकाम् ।। श्री गीता १०/३, ३४-२८, २९/१०-११



इसी कैवल्य के विषय में अन्य श्रुतियों का भी यही मत रहा है कि सभी में अपने को देखो और अपने में सभी को देखो तभी योग साधना सफल होती है। जिसका ऐसा भाव हो जाता है वही मुक्ति को प्राप्त होता है अर्थात् उसे ही कैवल्य की प्राप्ति होती है। निःश्रेयसाधिगम होता है। (तदनन्तर कहते हैं कि मनुष्य को समाधि प्राप्ति के बाद किसी के घर कभी भी क्षणिक काल से अधिक देर तक नहीं बैठना चाहिये और किसी से भी ज्यादा वार्तालाप नहीं करना चाहिये। इसके अतिरिक्त यहां कहीं उसकी कोई प्रशंसा की जाने लगे या उसे लगे कि यहां पर मेरी प्रशंसा होने लगी है उसे समाध्याधिगम योगी को निःश्रेयस कैवल्य प्राप्ति को ध्यान में रखकर तत्काल चले जाना चाहिये तदनन्तर कभी भी ऐसे सभागारों या घरों में नहीं जाना चाहिये) वास्तव में समाध्याधिगम योगी को एकान्तवासो ही होना चाहिए क्योंकि अपनी उसका जो जीवन श्रेष्ठ है उसमें कभी भी विचंगति आ सकती है, जैसे कुछ दिन योग की संगति से योग प्राप्त कर लेता है ठीक वैसे ही पुनः आत्मप्रशंसा या समाज की संगति में जाकर सामाजिक रागोपक्रम से भी रामराज्य हो सकता है। इसी के लिए साधारण मनुष्य को योगियों का त्रिकाल सन्ध्या का सेवन करने के लिए उपदेश करते हैं और ये सन्ध्या सभी को यो भी मोक्षच्छु है उन्हें प्राप्त होनी चाहिये, क्योंकि इसमें योगसाधना के अन्तर्गत प्राणायाम आदि की पूरी - पूरी व्यवस्था जिससे मन तत्काल अपने प्राप्य एवं प्राप्त लक्ष्य को वेध डालता है।





निःश्रेयस की कैवल्य की प्राप्ति के लिए समाधिस्थ बने रहना इसलिए भी परमावश्यक हो जाता है जैसे लौकिक जगत् में हम एक भवन निर्माण करते हैं उसे अपने मनोनुकूल भी बनाने में सफलता कर लेते हैं अन्ततः एक अति सुन्दर मनोहर भवन का निर्माण हो जाता है बना तो लिया परन्तु उसकी यदि समय-समय पर पुनः निगरानी न की जाये और उसको यथावत शोभायमान बने बनाये रखने के लिए दो-चार वर्ष के प्रावधान से झाड़ू-झूड के साफ न किया जाये और उस पर अपना अस्तित्व बना रहे विशाल रूपधारणीय छोटे-छोटे पत्त आदि वृक्षों को तत्क्षण न हटाया जाये तो ऐसे भवनों की शोभा ही नहीं बल्कि असमय अथवा परिश्रम एवं विपुल धन सम्पत्ति से चित्त लगाकर बनाये भवन भी विनाश को प्राप्त हो जाते हैं । अतः कहा गया है कि योगी को तब तक समाध्याधिगम परम पुरुष परमेश्वर के चरणों में ध्यान लगाकर बैठे रहना चाहिये जब तक आरम्भिक प्रारब्ध से प्राप्त देहमुक्त होकर विदेह को प्राप्त नहीं हो जाता । अतः विदेह की प्राप्त ओर देह की समाप्ति बिना काल के पूर्व स्वयं निश्चित करके मुक्ति की इच्छा जो करते हैं वे असम्प्रज्ञात समाधि को प्राप्त न होकर सम्प्रज्ञात समाधि को प्राप्त होते हैं जिनके चित्त में वृत्तियों के संस्कार मात्रात्मक रूप में निहित छुपे रहते हैं जो अर्धगुप्त & छद्मगुप्त या सूख रहे वृक्ष की तरह जल आदि के संयोग से पुनः पनप उठते हैं । इसीलिए कहा है कि - योगी या मुमुक्षु जो भी करे उसमें जो कर्तव्य हुआ भी अपने को अकर्तव्य मानता है वही योगी है ।



जैसे कि शास्त्रों में सुस्पष्ट सकाम एवं निष्काम योग की व्याख्या मिलती है और योगी को निष्काम ही प्रिय होना चाहिये । परन्तु यदि ये माने कि निष्काम कर्म का फल नहीं मिलता है और सकाम का फल मिलता है तो अनुरचित एवं कर्मों को दुराका देने जैसा होगा । ऐसा इसलिए कि कोई भी कर्म ऐसा नहीं है जिसका फल नहीं मिलता हो परन्तु दोनों में अन्तर है , लोक में {जगत्} में जैसे उदरपूर्ति में लगे मनुष्य भी द्विविध वृत्ति से एक चोरी ठगी से तो अन्य कर्म योग से जीविका कमाते हुये अपयश {दण्ड} एवं सुयश को प्राप्त होते हैं जैसे ही सकामी रजोगुण को प्राप्त होकर पुनः पुनः गर्भ का कृमि बनता है और निष्काम कर्म योगी को दिव्य गुण प्राप्त होते हैं । जैसे बुरे कर्म का फल अर्थात् पाप का फल किसी को तत्क्षण तो किसी को कुछ कालान्तर मिलता हुआ देखा है जिससे उसका सद्वृत्ति से पूर्वसज्जित धन भी पापात्मक धन के साथ समूल नाश कर देता है । असद्वृत्ति प्रारम्भ में तो अच्छी लगती है परन्तु बाद में इसका परिणाम जब स्पष्टतः सामने आता है तब वह केवल एक तने या शाखा को नष्ट करके नहीं रखता बल्कि जो - जो भी उसका जानकर या अनुमोदित अधिकारी बना हुआ होता है ऐसा सम्पूर्ण तना शाखाओं टहनियों एवं पत्तों से युक्त मनुष्य रूपी वृक्ष का सर्वनाश करके रख देते हैं अतः इनसे बचना ही निष्काम है ।

निष्काम कर्म का फल चिरकाल में मिलने लगता है उसके मिलने में दिनों नहीं महीने नहीं अपितु सालों-साल लग जाते हैं जिसमें मनुष्य को कई बार परीक्षा के बीचो बीच गुजरना पड़ता है । यह परीक्षा भी अन्य परीक्षाओं से अनोखी होती है । इसी परीक्षा में उत्तीर्ण होने के लिए यदि कोई सखीष्ट



मार्ग है तो वह है ईश्वर प्रणिधान और अभ्यास यत्नपूर्वक किया गया अभ्यास एवं अभ्यास के साथ-साथ ईश्वर प्रणिधान का आलम्बन मनुष्य की वास्तविक कसौटी है । ईश्वर प्रणिधान दोनों ही तरह सकाम एवं निष्काम कर्मयोगियों को अपेक्षित लगता है । क्योंकि मूलतः देखा है कि कुछ स्वयं को अन्य की स्पर्धा में श्रेष्ठ एवं पूर्णतः सामाजिक कानून एवं विधियों पर शत प्रतिशतः उतरने वाले वर्जित रह जाते हैं और ईश्वराश्रित या झुककर चलने वाले सफल हो जाते हैं । जिसका कारण ईश्वरीय भजन स्तुति होती है या ईश्वर रूप में स्थित प्रशंसकों की प्रशंसा एवं संस्तुति का ही वरदान मिलना होता है क्योंकि भगवान ने स्वयं कहा है कि जो मुझे पत्थर की मूर्तियों की अपेक्षा मनुष्य में भजता है वही ज्ञानी है । परन्तु ऐसा सकामी के लिए कहा है न कि निष्काम भगवी के लिए कहा है । ऐसा मेरा मत है । निष्काम का मार्ग सत् अकाल पुरुष को हर कार्य में देखना और हर कार्य उसी का समझना और उसी द्वारा किया जा रहा है ऐसा समझना और यहां तक कि उसके द्वारा दी जा रहे वरदानों को भी उसी के अर्पण करने वाला ही परम श्रेष्ठ योगी कहलाता है । भगवान कविल कहते हैं कि भगवान एक है, ज्ञान स्वरूप और निर्गुण है, तो भी वह बाह्य वृत्तियों वाली इन्द्रियों के द्वारा भ्रान्ति वश शब्दादि धर्मों वाले पृथक् - पृथक् विभिन्न पदार्थों के रूप में भासमान ॥ भास रहा ॥ है । जिस प्रकार एक ही ब्रह्म महत्त्व वैकारिक, राजस एवं तामस तीन प्रकार का अहंकार, पञ्चमहाभूत एवं ग्यारह इन्द्रियां बन गया और फिर वही स्वयं प्रकाश इनके संयोग से ब्रह्म कहलाया, उसी प्रकार उस जीव का शरीर रूप यह ब्रह्माण्ड भी वस्तुतः ब्रह्म ही है,





क्योंकि इसकी उत्पत्ति ब्रह्म से ही हुई है किन्तु इसे ब्रह्म रूप से वही देख सकता है जो श्रद्धा, भक्ति पर वैराग्य तथा निरन्तर आत्म ज्ञान रूपी निःश्रेयस प्राप्ति के लिए योगाभ्यास के द्वारा एकाग्र चित्त और असंग बुद्धि हो गया है । इसी असंग बुद्धि रहित होने को अर्धमात्रा निभसि स्वरूप शून्य माना गया है न कि विस्मृति का नाम जड़ता का नाम शून्य है । ऐसा भाव है कि इस अवस्था में बुद्धि जिस उपाधि से क्लृप्ति थी और आत्मा से अधिकार प्राप्त कर बैठी थी ऐसी अवस्था में वह अपने ऊपर स्थित मलीय प्रकाशावरण को हटा लेती है और उसके ऊपर विजय प्राप्त मनुष्य के लिए आगे का मार्ग प्रशस्त करती है जिससे मनुष्य या योगी ब्रह्ममय हो जाता है । यही कैवल्य है ।

कैवल्य ही योग की सफलता है और मनुष्य को चाहिए कि वह कैवल्य की प्राप्ति का प्रयत्न करे और यह कैवल्य की प्राप्ति भी केवल मनुष्य के लिए ही कही गई है । दुर्गा सप्तशती उपादिष्ट करती हुई कहती है कि वैसे ज्ञान तो पशु पक्षी सभी के देह प्राण में निहित आत्मायुक्त प्राणियों में रहता है परन्तु परन्तु मनुष्य में पार्श्विक ममत्व न होकर ज्ञानरूप से रहता है जिसके कारण मनुष्य योनि जन्म को सर्वोत्तम योनि जन्म माना गया है ।

1. ज्ञानमेकं पराचीनैरिन्द्रियैर्ब्रह्म निर्गुणम् ।  
अवभात्यर्थ रूपेण भ्रान्त्या श्रद्धादि धर्मिणा ॥  
यथा महान हं रूपस्त्रिविध पञ्चविधः स्वराट्  
एकादशविधस्तस्य वपुरण्डं जगद्यतः ॥  
एतद्वै श्रद्धया भक्त्या योगाभ्यासे नित्यशः ।  
समाहितात्मा निःसङ्गो विरक्तया विपश्यति ॥ - 28-30
2. ज्ञानमस्ति सनस्तस्य जन्तोर्विषयगोचरे किमश्च महाभागयति चैवंपृथक्पृथक् ॥  
दिवान्धाः प्राणिनः केचिडात्राबन्धास्तथापरे ।  
केचिद्विदवातधारात्रौ प्राणिनः स्तुल्य दृष्टयः ॥  
ज्ञानिनामपि चेतां सि देवी भगवति हिता । - दुर्गासप्तशती ।





जैसे कि महर्षि व्यास लिखते हैं कि पाषाणादि अचेतनों की अपेक्षा  
 वृक्षादि जीव श्रेष्ठ है, उनमें भी मन वाले प्राणी श्रेष्ठ हैं और उनसे इन्द्रिय की  
 वृत्तियों से युक्त प्राणी श्रेष्ठ है, सेन्द्रिय प्राणियों में भी केवल स्पर्श का  
 अनुभव करने वालों की अपेक्षा रस ग्रहण करने वाले मत्स्यादि उत्कृष्ट हैं  
 तथा रसवेत्ताओं की अपेक्षा गन्ध का अनुभव करने वाले ॥ मृगादि ॥ और गन्ध  
 का ग्रहण करने वालों से भी शब्द का ग्रहण करने वाले ॥ सर्पादि ॥ श्रेष्ठ हैं।  
 उनसे भी रूप का अनुभव करने वाले ॥ काकादि ॥ उत्तम हैं, उनकी अपेक्षा  
 उभयदन्ती विशेष श्रेष्ठ है उनमें भी बिना पैरों वालों से बहुत से चरणों वाले  
 श्रेष्ठ हैं और उनमें भी चार चरण वाले श्रेष्ठ हैं चारों चरणों वालों से भी  
 द्विपद मनुष्य ही श्रेष्ठ है और मनुष्य से श्रेष्ठ कोई नहीं है। इनमें भी वर्ण  
 श्रम व्यवस्था में स्थित ब्राह्मण श्रेष्ठ है, ब्राह्मणों में भी वेद ज्ञाता श्रेष्ठ है।  
 वेदज्ञ से भी श्रेष्ठ वेदों का तात्पर्यज्ञ श्रेष्ठ है। तात्पर्य वेत्ताओं से श्रेष्ठ है  
 संशय का निवर्ण करने वाले उनसे भी स्व-स्व वर्णश्रियोचित धर्म का पालन करने  
 वाले और उनसे भी श्रेष्ठ आसक्ति का त्याग करने वाले और अपने धर्म का  
 निष्काम भाव से आचरण करने वाले उत्तम हैं।

1. जीवाः श्रेष्ठानि ह्य जीवानां ततः प्राणभूतः पुनः ।

ततः सचित्ताः प्रवरास्ततश्चेन्द्रियवृत्तयः ॥

तत्रापि स्पर्श वेदिभ्यः प्रवराः रसवेदिनः ।

तैभ्यो गन्धाविदः श्रेष्ठस्ततः शब्दविदो वराः ॥

रूप वेदविदस्तत्र ततश्चोभयोदतः ।

तैषां बहुवदाः श्रेष्ठान्युतपदास्ततो द्विपात् ॥

ततो वर्णश्चित्तवारस्तैषां ब्राह्मण उत्तमः ।

ब्राह्मणेवपि वेदज्ञो ह्यर्थज्ञोऽभ्यर्थि कस्ततः ॥

अर्थज्ञात्संशयच्छेत्तततः श्रेयाम्स्वकर्मकृत् ।

मुक्तसङ्गस्ततो भूयान्दोग्धा धर्ममात्मनः ॥ - श्रीमदभारतमोपु, स्क0-3  
 अ० - 29, श्लो० - 28-32



उनकी अपेक्षा जो लोग अपने सम्पूर्ण कर्म, उनके फल तथा अपने शरीर को भी मुझे ही समर्पित करके भेद भाव छोड़ कर मेरी उपासना करते हैं, वे श्रेष्ठ हैं। इस प्रकार प्रभु कहते हैं कि मुझे ही चित्त और कर्म समर्पण करने वाले अकृता और समदर्शी पुरुष से बढ़ कर कोई अन्य प्राणी नहीं दिखाई देता है। अतः अष्टाङ्ग योग की सफलता रूपी कैवल्य की सिद्धि के लिए मनुष्य साधक को चाहिये कि वे मन कर्म वचन से यह मानकर की जीव रूप अपने अंश से साक्षात् हरि ही सबमें विराजमान है। क्योंकि जो व्यक्ति आत्मा और परमात्मा में थोड़ा सा भी द्वैतानुभूति सा भी अन्तर देखता है या करता है, उस भेद दर्शी को मैं मृत्यु रूप से महानभय उपस्थित करता हूँ इसलिए मुझे सम्पूर्ण प्राणियों के भीतर जानना चाहिये और सभी कर्म निष्काम भाव से यज्ञ, तप, होम, व्रत आदि एवं मित्रतादि व्यवहार तथा समदृष्टि से आरम्भ कर प्रारब्ध शेष तक जीवन को बनाये रखते हुये कैवल्य की प्राप्ति होती है। अष्टाङ्ग योग एवं भक्ति योग से ईश्वर प्राणिधान से जीव परमपुरुष भगवान को प्राप्त कर सकता है।

तस्मान्न्ययस्यार्पिताशेषा क्रियाधात्मा निरन्तरः ।  
भयस्यार्पित आत्मनुः पुंसोर्मापसन्न्यसाकर्मणः । नपश्यामि परंभूतमर्तुः समदर्शनात् ॥

मनसैतानि भूतानि प्रणमेद्बहुमानयन् ।

ईश्वरो जीवकलया प्रकिटो भगवानिति ॥ - श्रीमद्भागवत १० स्क०-३, ३०-२९, श्लोक ३३-३४

आत्मनश्च परस्यार्पितः यः करोन्त्योदरम् । तस्य भिन्नदृशो मृत्युविदधे भयमुल्लवणम् ॥  
अथ मां सर्वभूतेषु भूतात्मानं कृतालयम् । अहियददानयानाभ्यां मैत्र्याभिन्नेन च धृष्ट्या

- श्रीमद् भागवत १० स्क०-३, श्लोक २६-२७

भक्तियोगश्च योगश्च मया व्यानमुदीरितः ।  
ययोरेकतरेणैव पुरुषः पुरुषं ज्ञेयम् ॥ - श्रीमद्भागवत १० स्क०-३, श्लोक ३५



## ईश्वर जीव एवं योग

योग का सम्बन्ध जीव से है और जीव का सम्बन्ध ईश्वर से है । अतः योग जीव एवं ईश्वर का अभिन्न सम्बन्ध रहा है । भगवान ने जीव के साथ ही साथ इसकी दुर्गति न हो योग को भी उत्पन्न किया तभी वेदों में प्रथमतः इसके विषय में विवेचना हुई है । ऐसा इसलिए होता है । जैसे समाज में मूर्त स्त्र से देखा जाता है कि किसी भी गाय या स्त्री के सन्तान होने वाली होती है, तो उससे पहले ही उसके स्तनों में दूध की उत्पत्ति हो जाती है और उसके स्तनों से तब तक दूध स्वतः बहिर्गमन नहीं होता जब तक सन्तानोत्पत्ति न हो जाये उसके स्तनों के आगे अग्र भाग में स्वतः ही परमात्मा की कृपा से किल बन्ध गुप्त रूप से रहते हैं । जिन्हें स्वच्छ किया जाता है, हटाया जाता है । अर्थात् पुत्र की उत्पत्ति से पूर्व मेव उसके लिए साधनों का निमण हो जाता है । ऐसे ही "जीव जो कि ईश्वर की परमप्रिय सन्तान है" उसी के साथ ही साथ परमात्मा ने योग की भी उत्पत्ति की कि जब कभी मूढ़ वश यह दुःखी होने लगे या जन्मतः दुःख की निवृत्ति के लिए विचार करे, तो इसे किस मार्ग को अपनाना ही सर्वश्रेष्ठ रहेगा तब उन सभी श्रेष्ठ मार्गों का अन्वेषण कर सबसे प्रिय सर्वोत्तम साधन एवं जीवनमुक्ति को देने वाला योग मार्ग का जीव में निवेश किया जिसे अपनाकर जीव मुक्त होकर त्रिलोकी में मुनि नारद जी की तरह विचरन करता है । जैसे - दूध - बत्स एवं गाय का, जैसे - माता, पुत्र एवं उसके स्तनों से निकलने वाले दूध का सम्बन्ध है । ऐसे ही ईश्वर योग एवं जीव का सम्बन्ध है ।

ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः ।

मनः षष्ठानीन्द्रियाणि प्रकृति स्थानि कर्षति ॥ - गीता - 15/7





ईश्वर

पातंजल योगदर्शन एक महान जीवनमुक्ति दायक साधनों से सम्पन्न गुरु रूपी शास्त्र तो है ही उसी के साथ ही साथ अहंकार रहित शाश्वत धर्म ईश्वर का स्तुति परक शास्त्र भी है। इस शास्त्र में कहीं भी लेशमात्र अहंकार शेष दिखाई नहीं देता है। ऐसा इसलिए कि जब कभी मनुष्य कोई भी कार्य करता है तो उसमें अहं विमर्श आना स्वाभाविक है और यहां कहीं अहं रहता है वह सदा अधूरा रहता है जिसकी आगे पूर्ति के लिए उसके शिष्य प्रशिष्य परम्परा में बन्धकर उसी अधूरे की पूर्ति करते हैं और उसका प्रचार करते हुये अन्यो को भी अपने मार्ग की ओर आकर्षित करते हैं। उनका केवल इतना ही मात्र ध्येय होता है कि हमारे धर्म के शिष्यों में निरन्तर वृद्धि हो। जो एक बार आये वह पुनः जाना न पाये उसी में स्थित रहे ऐसे ही कुत्सित हिंसा एवं तर्क वितर्कों का सहारा लेकर वेद पुराणों से लोकोक्तियां सूक्तियां इकट्ठी कर प्रचार करते फिरते हैं। परन्तु शाश्वत धर्म ऐसा है जिससे निकल कर वापिस आना कठिन सा लगता है और यह सत्य भी है। कैसे ? जैसे ही जैसे अपने स्थान से एक बार पीछे या आगे हट जाने के बाद उसी नये तुले स्थान पर स्थित होना असम्भव सा लगता है। तभी तो भगवान श्रीकृष्ण ने गीता में कहा है कि अपना धर्म निर्धन क्यों न हो और दूसरों का धर्म धनी ही क्यों न हो, अपना धर्म कभी नहीं छोड़ना चाहिये अपने निर्धन में मरना मौत को प्राप्त करना यशस्वी एवं अमर बनना है और दूसरे धर्मों को अपना कर

विष्णुः स्वधर्मः श्रेष्ठ परधर्मदनुष्ठितम् ।  
स्वधर्म मरणं स्वधर्म श्रेष्ठ परधर्म अपावहः ॥ - गीता





मरना मरना है और निन्दित होना है । अतः जिस गर्व के साथ हम सिर उठाकर अपने धर्म में जी सकते हैं धर्म परिवर्तन करने से उतनी ही हीनता उत्पन्न होती है ।

भला अपने माता-पिता का त्याग कर किसी को अपना माता-पिता स्वीकार कर लेना अपने को गाली देना है और असम्भव है क्या आज विज्ञान को मान्य है ? जबकि वास्तविकता का पता लगाने के लिए ही मनुष्य की विद्या का परीक्षण किया जाता है उसी प्रकार धर्म और मनुष्य का भी गहरा सम्बन्ध रहा है । परन्तु जितना भी आज प्रचार प्रचार हो रहा है वह अधूरा है । जो आज लौकिक उदाहरण दिये जा रहे हैं वे सबके सब वेदों में प्रतिपादित हैं । जो सबको ज्ञान विज्ञान देता है सबका मार्ग प्रशस्त करता है जो बिना प्राणी देह के भी सबको समान चलने के मार्ग का उपदेश करता है वही परमात्मा है जिसकी मूर्ति को लोक में देखा तो नहीं जा सकता है, केवल वेदरूप ज्ञान रूप एवं सकल ईच्छा पूर्ति रूप में जो बहुधा साकार रूप में भी प्रकट हो जाता है और भक्तों ॥ जीवों ॥ के विश्वास को कभी समाप्त नहीं होने देता, वही ईश्वर है । वह सभी कर्मों में रहते हुये भी कर्म रहित है । कर्मों में ईश्वर रहता है, परन्तु कर्म उसमें नहीं रहते हैं, वैसे ही जैसे तत्वों में भगवान का अंश व्याप्त रहता है, परन्तु भगवान में तत्व नहीं रहते हैं ठीक उसी प्रकार सकल जगत् में ईश्वर विद्यमान है, परन्तु उसमें सकल जगत् निहित नहीं है अर्थात् यह जगत् उसका विकार है, मल है और जो मल होता है वह पुनः ग्रहण नहीं किया जाता, जैसे पायु एवं उपस्था से त्याग किया मल मनुष्य कभी ग्रहण नहीं करता है और मल



भी मनुष्य को आवेष्टित नहीं करता है, ठीक वैसे ही भगवान सर्व निवास करते हैं, परन्तु वे सब में निवास करते हुये भी इनसे परे हैं। तभी उनको पातञ्जल योगदर्शन में भी उसे "क्लेश-कर्म" विपाकाशयों से अपरामृष्ट ॥ निर्लिप्त ॥ पुरुष विशेष ॥ पुरुषों में विशेष ॥ कहकर स्पष्ट किया गया है।"

क्लेश = कर्मों का फल दुःख सुख

कर्म = लौकिक कर्म

विपाक = फल

आशयः = वासनायें

अपरामृष्ट = अस्पृश ॥ निर्लिप्त ॥

पुरुष विशेष = जिसके समान कोई भी जगत् में नहीं है असमान अद्वितीय

ईश्वरः = सर्वेश्वरों का स्वामी ईश्वर है।

जिसके विषय में श्रुति कहती है कि जो सर्वज्ञ है सबका अन्तर्गामी है

जिसकी महिमा भु भुवः स्व तीनों लोकों में गायी जाती है वही परब्रह्म है।  
सभी की आत्मा में प्रतिष्ठित परमेश्वर दिव्य आकाश रूप ब्रह्मलोक में स्वरूप से स्थित है। सबके प्राण और शरीर का नेता ॥ यह परमात्मा मन में व्याप्त होने के कारण मनोनय है हृदय कमल का आश्रय लेकर अन्नमय स्थूल शरीर में प्रतिष्ठित है।

1. क्लेशकर्मविपाकाशयैरपरामृष्टः पुरुषो विशेष ईश्वरः ॥

2- यः सर्वज्ञः सर्वविद् यस्यैषा महिमा भुवि । दिव्ये ब्रह्मपुरे ह्येष व्योम्न्य्यात्मा प्रतिष्ठितः । मनोनयः प्राणशरीर नेता प्रतिष्ठितोऽन्ने हृदयं सन्निधाय । तद्विज्ञानेन परिपश्यन्ति धीरा आनन्दरूपममृतं यदविभाति ॥ 7 ॥ न तत्र सूर्यो भाति न चन्द्रतारकं, नेमार्क्युतो कुतोऽयमग्निः । तमेव भगन्तमनु भाति सर्वं तस्य भासा सर्वमिदं विधाति ॥ 10 ॥  
-मुण्डकोपनिषद् मु०-2, स्कन्ड-2, मं०-7, 10 एवं श्वेताश्वतरोपनिषद् 6/14

कठोपनिषद् - 2/2/15



जो कि आनन्द स्वरूप अविनाशी परब्रह्म सर्वत्र प्रकाशित है बुद्धिमान मनुष्य विज्ञान के द्वारा उसको भलीभांति प्रत्यक्ष कर लेते हैं। आगे कहती है कि वह निर्मल अवयव रहित परब्रह्म, प्रकाशमय ॥ हिरण्यमय ॥ परम कोश में परम धाम में शिवरज्जमान है ॥, वह स्वर्ण विभुद समस्त ज्योतियों की भी ज्योति है, जिसको आत्मज्ञानी जानते हैं।

इस प्रकार से शुक्ल यजुर्वेद में भी कहा गया है कि - वह यज्ञ से भी पूर्व उत्पन्न हुआ और वह इतनी दूर है, जहाँ किसी की भी गति नहीं हो सकती और समीप इतना है कि उससे अधिक निकट भी कोई अन्य नहीं है और वह ज्योतियों में भी परम स्वयं प्रकाश एक ज्योति है। अतः मन को स्थिर करके अन्तःकरण में देखना चाहिये<sup>१</sup>। इसी प्रकार उसका मुण्डक उपनिषद् निरूपण एवं प्रकाश डालते हुये उपादिष्ट करती हुई कहती है कि वह न तो सूर्य प्रकाशित होता है। न चन्द्र एवं तारागण ही, न ये बिजलियाँ ही चमकती हैं फिर इस अग्नि के लिए तो कहना ही क्या है, उसके प्रकाश से ही सभी प्रकाशित होते हैं उसी के प्रकाश से यह सकल जगत् प्रकाशित हो रहा है। वह न तो नेत्रों से, न वाणी से और न दूसरी इन्द्रियों से ही ग्रहण करने में आता है तथा तप से अथवा कर्मों से भी ग्रहण नहीं किया जा सकता, उस अवयव रहित परमात्मा को विभुद अन्तःकरण वाला ॥ साधक ॥ उस विभुद अन्तःकरण से निरन्तर उसका ध्यान करता हुआ ज्ञान की निर्मलता से देख पाता है<sup>२</sup>।

- १ - उं यज्ञाग्रतो दूर मुदैतिदैवं तदुसु प्रस्य तथैविति दूरद्. गमज्ज्योतिषां ज्योति रेकं तन्येमनः शिव संकल्पमस्तु ॥ - रुद्राष्टाध्यायी - शुक्ल यजुर्वेद  
२ - न चक्षुषा गृह्यते नापि वाचा, नान्यैर्देवैस्तपसा कर्मणा वा । ज्ञानप्रसादेन विभुदसत्त्वस्ततस्तु यं पश्यते निष्कलं ध्यायमानः ॥  
- मुण्डकोपनिषद् मु० - ३, अ० ५१, मं० - ८





उस परमात्मा में सर्वजगत् की रचना करने की क्रिया शक्ति है और सभी प्रकार के ज्ञान के बीज भी उसी में निहित है ऐसा जानना चाहिये । उसको किसी के आश्रय की आवश्यकता नहीं है और न ही किसी गुरु ज्ञान की ही कल्पना की जा सकती है जिसके कारण वह परब्रह्म परमात्मा गुरुओं का भी आदि अर्थात् अनादि गुरु हैं और उसके नाम की संज्ञा सभी शास्त्रों वेदों के अनुसार उंकार है अर्थात् उसका वाचक प्रणव है "ओङ्कार" है ऐसा जानना चाहिये उसका अर्थ रूप रंग आकार सभी प्रकार से उंकार ही है जो श्रद्धा एवं विश्वास की कसौटी पर खरे उतरते हैं एवं विविजितेन्द्रिय है वही ईश्वर को देख सकते हैं अतः "श्रद्धा एवं विश्वास से परिपूर्ण तीनों वेदों के सारभूत उंकार को ही ईश्वर माना गया है । यही योगेश्वर है । अतः योग सेश्वर है । ब्रह्म ज्ञान परब्रह्म को प्राप्त कर लेता है ।

उंकार स्वरूप परब्रह्म के विषय में प्रश्नोपनिषद् श्रुति का कहना है कि है सत्यकाम, । निश्चय ही यह जो ओङ्कार है वही परब्रह्म एवं अपरब्रह्म भी है और तीनों वेदों का सार है<sup>2</sup> जैसे "एक मात्रा की उपासना के उपासक ऋग्वेद की ऋचाओं द्वारा मनुष्य लोक में पहुँचाया जाता है, दूसरा दो मात्राओं की

1 - तत्रानिरतिशयसर्वज्ञ बीजम् ॥ पूर्वजामपि गुरु कालेनानवच्छेदात् ॥

तस्य वाचकः प्रणवः ॥ तज्जपस्तर्थागवन् ॥ - पाठयोऽदोपाठो-1, सू०-25-28

2 - श्रद्धावाल्मीके ज्ञानं तत्परः संयतेन्द्रियः ॥ - श्रीमद्गीतायाम् 4/39

3 - अचिन्तेयं यत्परमं तद्विदुः सांख्यिकीति

पदार्थानामेव सत्त्वमयं परं चेति ॥ प्र० ३ अ० ५ ३०२





“उपासना करने वाला अर्थात् यजुर्वेद के मन्त्र की विधि से जपने वाला अन्तरिक्ष एवं तीन मात्रा सामवेद की सामगीर्ति की विधि अनुसार पूर्ण रूप से ओङ्कार की उपसान करने वाला उस ब्रह्मलोक में पहुँच जाता है । जिसको ज्ञानी जन जानते हैं, विवेकशील साधक केवल ओङ्कार रूप अवलम्बन के द्वारा ही उस परब्रह्म पुरुषोत्तम को पा लेता है , जो वह परम शान्त, जरा रहित, मृत्युरहित, भय रहित और सर्वश्रेष्ठ है । सम्यक् पूर्णतया इस उंकार की तीनों मात्राओं § अ - उ - म् § जो जाप करते हैं वे कभी विचलित नहीं होते परमपद को प्राप्त कर ही लेते हैं अतः उंकार ही भगवान का स्वरूप एवं संज्ञा नामक जाप है ऐसी भावना से ओत प्रोत होकर ब्रह्म ज्ञानी को नित्य निरन्तर जाप करने को पातंजल योग का भी अभिप्राय रहा है । यही ईश्वर है और सभी के सन्निहित है ।”

1- ब्रह्मविदाप्नोति परम् । तदेवाभ्युक्ता ॥ - तै०उ०१०-२, अनु० - १

भयादस्थाग्निस्तपात् भयात् तप्यितूर्यः ।

भयादिन्द्रश्च वायुश्च मृत्युर्धावति पञ्चमाः ॥ - कठो०उ०३०-२, १०-३, मं०-३

एवं तै०उ० § 2/8 §

तस्मै होवाच एतद्वै सत्यकाम परं चापरं च ब्रह्मयदोङ्कारः ॥

प्रश्नोपनिषद् प्र० - ५ उत्तर - २

अग्निरेतं यजुर्भिरन्तरिक्षं, सामभिर्व्यत् तत्कवयो वेदयन्ते ।

तमोङ्कारेणैवायतनेनान्वेति विद्वान्, यत्तच्छान्तिमजरममृतमभयं परं चेति ॥

- प्रश्०उ० प्र० - ५, मं० - ७

सर्वेवेदा यत्त पदमामनन्ति, तयैषि सर्वाणि यद् वेदन्ति ।

यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति तत्रै पदे संग्रहेण ब्रवीभ्योमित्येतत् ॥ -

- कठो०उ० ३०-१, १० - २ मं० - १५



५.३० एवं नाचिकेता भी ओइम को भगवान का एक अक्षर मंत्र एवं स्वरूप मानते हुये लिखते हैं कि - सभी वेद जिस परम पद का बारम्बार प्रतिपादन करते हैं और सम्पूर्ण तप जिस पद का लक्ष्य कराते हैं, जिसको चाहने वाले ब्रह्मचर्य का प्रालन करते हैं वह पद ओइम है ऐसा जानना चाहिये ।

माण्डूक्य उपनिषद् कहती है कि ओम् ऐसा यह अक्षर ॥ अविनाशी परमात्मा ॥ है यह सम्पूर्ण जगत् उसका ही स्वरूप एवं उसी की निकटतम महिमा का लक्ष्य कराने वाला है । भूत, वर्तमान भविष्यत एवं ओम् ही तो है ॥

### अष्टाङ्ग. गयोग का संक्षिप्त वर्णन

#### अहिंसा के लाभ एवं हानियां

1. अहिंसा तीन प्रकार की है - आर्थिक, शारीरिक एवं सामाजिक ।
  2. अहिंसा से कभी हानि नहीं हो सकती ।
  3. जगत् में प्रेम भाव की स्थिति पैदा होती है ।
- चैरता ॥ श्रुताई ॥ समाप्त होती है ।

1 - ओमिति ब्रह्म - तैत्तिरीयोपनिषद्, अष्टम आनुवाकिक, वल्ली - 1

2 - ओमित्येतदक्षरमित् सर्व तस्योपव्याख्यानं भूतं भविष्यदिति सर्वमोद्. कार एव ॥ - माण्डूक्य मं० - 1



4. शारीरिक विकास ।
  5. समाज के विकास की गति में तीव्रता से वृद्धि होती है ।
  6. आर्थिक हिंसा उत्पन्न ।
  7. हड़तालें कभी नहीं हो सकती ।
  8. पर्यावरण का समुचित विकास ।
  9. जंगली हिंस्र सिंह आदि पशु गांव एवं शहरों में आकर कभी भी मानव की हत्या नहीं कर सकते हैं ।
  10. प्रायश्चित्तों से बचे रहना एवं पाप से मुक्ति पुण्य की निरन्तर वृद्धि होती है ।
  11. वनों के कटान पर अंकुश लगेगा ।
  12. प्रायः लुप्त जड़ी बूटियों की वृद्धि होगी ।
  13. वातावरण वातानुकूलित होगा ।
  14. भूक्षरण रुकेगा ।
  15. ऋतुयें अनुकूल रहेंगी
  16. हवा पर्याप्त मात्रा में बहेगी ।
  17. वनों के संरक्षण से दुग्ध का उत्पादन बढ़ेगा । फरडर वृक्षों के संरक्षण से
  18. धन की आ रही कमी से देश को कठिनाइयों का सामना भी नहीं करना पड़ेगा ।
  19. प्रकृतिक सम्पदाओं का लाभ ।
- अतः महाविपतज्जली अनुसार अहिंसा का प्रत निष्कपटतापूर्ण है । जिसमें जाति, देश, काल धर्म सबसे ऊपर उठकर अहिंसामय होना कहा गया है । इसका लाभ यागी एवं समाज दोनों को समान है ।



## सत्य परायणता के लाभ

सत्य - निष्कपट होना चाहिये । त्रिकाल में एक सम बोला जाने वाला सत्य ही यथार्थ सत्य कहलाता है अर्थात् मून, वाणी, कर्म में एक सम जो बना रहे वही सत्य कहलाता है । दोषी को बचाने में लाया जाने वाला असत्य कभी सत्य नहीं होता है । सांप कभी किसी का त्याग नहीं करता, ऐसे ही दोषी किसी भी प्रकार से बचाने योग्य नहीं होता है । अतः सत्य पूर्ण काम ध्येष्ठ सत्य होना चाहिये ।

-सत्य के अन्य लाभ ही लाभ हैं ।

1. वाणी से यथार्थता प्रकटित होती है ।
2. वाणी अमोघ होती है ।
3. सामाजिक विकास होता है ।
4. बौद्धिक विकास ।
5. हार्दिक विकास होता है ।
6. हृदय गति से होने वाले रोगों से छुटकारा दिलाने में सत्य सहायक होता है ।
7. बौद्धिक घात & दिमागी सम्बन्धी बिमारियों से छुटकारा दिलाता है ।
8. समाजिक उन्नति में अत्यधिक सहायता देता है ।
9. समाज में प्रतिष्ठालाभ होता है ।
10. बुराईयों की समाप्ति होती है ।
11. मानसिक तनाव से बचाव होता है ।
12. मान सम्मान से गर्व से सिर उठाकर जीने में आनन्द का प्रदाता है ।
13. एवं प्रभु की प्राप्ति निश्चित होती है ।





### अस्तेय

नोट - स्तेय = चोरी करने वाला समाज कभी भी उन्नति प्राप्त नहीं कर सकता।  
 वे कभी विकसित नहीं हो सकता। चोरी अनेक प्रकार की है - शास्त्र चोरी,  
 हस्ताक्षर चोरी, धन चोरी, मानवीय चोरी, विधि चोरी एवं वैज्ञानिकता  
 की चोरी।

अस्तेय के लाभ -

1. समाज में विश्वास की वृद्धि।
2. परिश्रम करने के लिए हर सम्भव प्रयत्न करते हुये विकास करने की आदत।
3. जेल यात्राओं से सदा निवृत्ति।
4. सामाजिक विकास में समानान्तर वृद्धि।
5. स्वस्थ नींद
6. स्वास्थ्य लाभ
7. असत्यता से अवकाश - छुट्टी
8. देश विदेश में प्रतिष्ठा
9. देश का लाभ
10. बौद्धिक पक्षाघात से सदा निवृत्ति।
11. समाज से उद्विग्नता का नाश।
12. चिन्तन शक्ति में वृद्धि।
13. पाप के दोषों से बचाने में परम सहायक होता है।
14. पुण्य की वृद्धि होती है।



15. सर्वसुख प्राप्त होते हैं ।
16. सभी प्रकार के बहुमूल्य उपहारों की प्राप्ति एवं
17. प्रभु की प्राप्ति निश्चित होती है । अर्थात् अध्यात्म प्रसाध को जन्ता प्राप्त करती है ।

### ब्रह्मचर्य

ब्रह्मचर्य अनेक प्रकार का होता है । ब्रह्म, वीर्य, शक्ति, तेज, बल को कहते हैं ।

ब्रह्मचर्य से अनेक लाभ हैं -

1. मनुष्यों का शारीरिक विकास ।
2. सुन्दरता
3. निरोग्यता & ओरोग्यता & रोग नाश
4. दिमागीय विकास ।
5. शक्ति वर्द्धन ।
6. भोजन पर नियन्त्रण ।
7. वायु विकार से विमुक्ति & गैस रोग समाप्त &
8. शक्तिशाली सन्तानों उत्पत्ति के लाभ
9. शक्तिशाली सन्तानों से शक्तिशाली देश का निमर्ण
10. वीर्यशाली सेनाओं द्वारा देश की रक्षा का लाभ
11. अन्याय का नाश ।



12. यक्ष्मा ॥टी०बी०॥, राजयक्ष्मा, काली खांसी, शुष्क खांसी, धूकने के संग रुधिर निकलना, वक्षःस्थलीय रोग, अनीर्णता, तिर्कमरता, का नाश ।
13. चक्षु, आंख, नाक, कान, मुँह, वाणी, रूप, रंग सौन्दर्य मधुमेह, प्रमेह से बचाव एवं शारीरिक क्षेत्र में जीवन पर्यन्त शक्ति का बने रहने ।
14. मंहगे उपचारों से छुटकारा ।
15. उन्माद रोग से छुटकारा एवं
16. प्रभु प्रसाद की प्राप्ति होती है ।

#### अपरिग्रह

अपरिग्रह का अर्थ किसी भी प्रकार की इच्छा व्यक्त न करना एवं न ही कुमार्ग गामी इच्छाओं की आपूर्ति के लिए प्रयास करना है । इसके अतिरिक्त अभिभूत बनना है । अपने निकटस्था सम्पत्ति देश को समर्पण करना है । कभी भी भौतिक सम्पदाओं को इकट्ठा न करना ही अपरिग्रह है ।

#### लाभ

परिग्रह का अर्थ धन जोड़ना है और अपरिग्रह का अर्थ धन को देश एवं देश की जनता के बीच बाँटना है ताकि निर्धनता मिट सके । ज्ञानार्जित परिग्रह रूपी धन से देश को ज्ञान सम्पन्न बनाना शिक्षित बनाना है ।



### अन्य लाभ

---

1. करों से छुटकारा ।
2. चोरी से बैचनी ।
3. चिन्ता से विमुक्ति ।
4. परिश्रम करते हुये जीवन यापन करना ।
5. निष्काम कर्म योगी बनना ।
6. कर्म को ही ईश्वर एवं गुरु मानना ।
7. कर्म में प्रभु का रूप देखना ।
8. देश के विकास में भागीदार बनना ।
9. समानता का सन्देश पहुंचाना ।
10. गरीबी मिटाना ।
11. सब पर दया करना ।
12. अपने पराये - सबको समान समझना ।
13. ईश्वर एवं कर्म से अतिरिक्त किसी से अधिक स्नेह नहीं रखना ।

नित्यप्रति भक्ति भाव से सबमें अपने को अपने में सबको देखते हुये प्रभु की भक्ति अर्थात् सेवा करना ही अपरिग्रह है एवं इसके अतिरिक्त भी अनेक लाभ हैं ।





## शौच

शौच का अर्थ - स्वच्छता, स्वास्थ्यता, निर्मलता, अमिलनता है।

ये शारीरिक परिधान - पर्यावरणीय, वैचारिक एवं सामाजिक रूप से अनेक प्रकार से सम्बन्धित है।

1. शारीरिक शौच से लाभ।
2. आलस्य की निवृत्ति।
3. स्वेदजों की अनुत्पत्ति।
4. शारीरिक निर्मलता।
5. आरोग्यता के लाभ।
6. मलिनता की निवृत्ति।
7. सौन्दर्य।
8. मन में कुसुमता एवं प्रसन्नता का बने रहना।
9. शरीर की स्वच्छता से मन की भी शान्ति - शान्ति: स्वच्छता।
10. परिधानों की स्वच्छता।
11. विचारों की स्वच्छता से सामाजिक एवं अलौकिक विकास।
12. समाज को सन्मार्ग का सन्देश।
13. आवासीय नगरों की स्वच्छता से पर्यावरण की स्वच्छता।
14. पर्यावरण की स्वच्छता से आरोग्यता।
15. खान पान का वस्तुओं में स्वच्छता।
16. महामारियों के उत्पन्न की असम्भावना एवं
17. विश्व का विकास निश्चित है।



## सन्तोष

सन्तोष सबसे बड़ी निधि है धन है = खजाना ॥कोष॥ है ।

सम्यक् स्तुष्टि = संतोष

सन्तोष से लूट पाट जैसे तत्वों का नाश ।

बलात्कार की घटनाओं की निवृत्ति ।

कालाबाजारी से विमुक्ति ।

धोखाधड़ी रूपी कलंक का सर्वनाश ।

सहनशीलता में वृद्धि ॥धैर्य॥

जरूरतों में कमी ।

संसाधनों का अनुपभोग ।

विदेशी मुद्रा का लाभ

सौन्दर्य प्रसाधनों पर होने वाले अपव्यय से छुटकारा ।

शारीरिक - मानसिक एवं बौद्धिक रोगों से स्वतः निवृत्ति एवं

सामाजिक दृष्टि से अतुलनीय विकास में वृद्धि प्राप्त होती है ।

जबकि प्रभु की प्राप्ति का द्वार भी खुलता है ।



तपः

तपः का अर्थ है - शरीर की साधना , विचारों की साधना , शरीर की साधना ।

शारीरिक साधना पूजा , पाठ, जप , व्रत, हवन से की जा सकती है । एवं विचारों की साधना प्रकृति का अध्ययन करने से प्राप्त की जा सकती है ।

तप शारीरिक साधना का भी आयुर्वेदीय विधान ।

व्रत से रोगों का नाश ।

उन्माद के नाश के लिए भगवान की पूजा साधुओं की सेवा, व्रतों को ग्रहण कर एवं हवन शारीरिक बल को थोड़ा कम करना ॥ जैसे आज

विद्युत यन्त्र के झटके से किया जाता है ॥

हवन से शरीर की बाह्याम्भ्यन्त तुष्टि के लाभ - चर्म विकास से निवृत्ति आम्भ्यन्तर कौशिकाओं को सुगन्धित हवन से सुगन्धित एवं भाषित करना । बाह्य अग्नि से टकराते हुये आम्भ्यन्तर अग्नि को बलशाली बनना । तथा हवन से सुस्निग्ध वर्ण के लिए भी हवन एक

विशेष साधन है ।

दैर्घ्य की सम्प्राप्ति ।

भूख ॥ बुधा ॥ पिपास से निवृत्ति पाना ।

शरीर को सुन्दर बनाना ।

प्रमाद-आलस्य आदि किन्नों का सर्वनाश तपस्या के साधनों से किया

जा सकता है ।



प्रकृति के अध्ययन से शिक्षा ग्रहण करनी ।

धर्म की शिक्षा में पृथिवी को देखकर ग्रहण करना ।

पुष्पों की तरह सबको समान छाया सुख देना ।

फलदार पुष्पों की तरह सबको आते जाते पत्थियों को फलों से तृप्त करना ।

चौराहे पर खड़े प्रहरी की तरह सबको समान देखना ।

समुद्र, दरिया, नदियां, नालों, कुयें, बाघलियां तालाबों की तरह

सबको समान भाव से जल वितरण करना ।

पक्षियों की तरह कभी घर को स्थायी न समझना ।

पत्तों की तरह एक दिन प्रकृति से बिछुड़ने की शिक्षा ग्रहण कर मनोबल

उंचा रखौ हुये निष्काम सेवा करना अर्थात् कैवल्य प्राप्ति के लिए योग

बल प्राप्त करना, और मृत्यु से कभी नहीं डरना क्योंकि यही मृत्यु

सत्य है ।

मृत्यु को प्रातिक्ष्ण सर्वाधिक निकट समझकर निरंतर सन्मार्ग का अवलम्बन

लेकर ॥ आश्रय लेकर ॥ सन्मार्ग गामी होना । सब पर दया करना ।

करुणा, मैत्री भावों का सदा प्राप्त करना ।

अच्छे बुरे का विचार किये बिना सदा सूर्य के समान सबको प्रकाश देना

ज्ञान देना ।

चन्द्रमा की तरह सदा हंसते रहना ।

बादलों की तरह बरसना ।









॥स्वात्म पर्यावेर्दानक ॥=अपने अतःकरण को देखना कहा से आया , किस लिए आया , कहाँ जाना है । कहाँ मैंने गलती की है, क्या मैं समाज के अनुरूप चल रहा हूँ कि नहीं । परम पुरुषार्थ ॥ परमात्मा की भक्ति के साथ - साथ सामाजिक पुरुषार्थ भी करना जैसे कि ईशावास्योपनिषद् ने कहा है वे अकार नरक में जाते हैं जो केवल ज्ञान में लगे हैं और वे भी जो केवल सामाजिक कर्मों में फसे हुये हैं अतः अन्धतमः प्रविशन्ति ये विद्यामुपास्ते तेऽपि येऽपि विद्या - रताः । अतः निष्काम कर्म करना ही स्वाध्यायरूपी तप है ।

### ईश्वर प्रणिधान

हमेशा नम्रता को प्राप्त होना

झुककर चलना

कभी अहंकार न करना

जो भी करें , निष्काम भाव से करना ।

सभी कार्यों में ईश्वर की अनुभूति करना ।

सभी कार्यों में ईश्वरानुभूति करते हुये कभी फल की इच्छा न रखना ।

सभी कार्यों में ईश्वरानुभूति करते हुये कभी फल की इच्छा न रखना ।

सभी कर्मों को ईश्वर के अर्पण करना ही ईश्वर प्रणिधान है ।

अपने को छोटे बड़ों सभी से भी छोटा समझना ही ईश्वर प्रणिधान है ।

ऐसी सफलता तभी प्राप्त हो सकती है , यदि मैं भाव अर्थात् अहं का

नाश हो, अन्यथा अहं के लेश मात्र भी चित्त में विराजमान रहने से

कार्य में योग्यता प्राप्त करना असम्भव हो जाता है अतः अहं को

मारना ही और झुककर चलना ईश्वर प्रणिधान कहलाता है ।



हाथों से प्रभु की पूजा के साथ लोक सेवा तथा दान से पाँव से लोक सहायता एवं तीर्थ यात्रा सफलता, वाणी से अच्छी-अच्छी मधुर वाणी का प्रयाग लोक कल्याणकारी वचनों को बोलना लोगों के दुःखों को कानों से सुनना मन से मनन करना एवं मुख से अच्छे मार्ग चलने के लिए उपादष्ट करना चाहिये। इन कर्मेन्द्रिय एवं ज्ञानेन्द्रियों को भगवान की दी हुई नियामत ॥ प्रसाद ॥ समझना चाहिए। जो लोग आँखें कान, हाथ, पाँव से रहित हैं उनसे शिक्षा ग्रहण कर कभी भी किसी को भी दुःख नहीं देना चाहिये। सभी को प्रभु ने जीवन देकर जीने का समान अधिकार दिया है अतः किसी को दुःख नहीं देना ही ईश्वर प्रणिधान है।

### आसन

आसन = आ समन्तात् सन् स्थितः इति आसन्  
 आसन का साधारण अर्थ बैठनी आदि या कम्बल मृगचर्म आदि को बैठने के लिए स्थापित करना है। परन्तु इसे आसन् नहीं कहते हैं। आसन् का अर्थ प्रभु के समीप बैठना होता है। जबकि शारीरिक स्थिरता एवं प्राणायाम की सफलता के लिए आसनों की जरूरत रहती है। जिनमें सर्वाधिक प्राणायाम की सफलता में सहायक पदमासन है द्वितीय स्थानगत अर्द्धपदमासन है एवं साधारण स्वस्तिक आसन माना जाना चाहिये इनसे अतिरिक्त हस्ति ऊर्ध्व भुजंगादि सभी वपुःस्थैर्य की सिद्धि के लिए है अतः योगांगी आसनों में पदमासन सिद्धासन एवं स्वस्तिक आसन ही उत्तरोत्तर श्रेष्ठ माने गये हैं।



## प्राणायाम

विधिपूर्वक प्राणायाम पूरक - कुम्भक एवं रेचक विधि से करने के अनेक लाभ हैं । शनैः शनैः प्राणायाम में सफलता प्राप्त करनी चाहिये सहसा कदापि नहीं ।

1. पौरुषा ग्रन्थि पर नियन्त्रण
2. हृदय ग्रन्थि का वेधन कर ब्रह्मरन्ध्र तक पहुँचने में सरलता
3. सुषुम्ना का विकास
4. राग अनुराग से विरक्ति
5. बोधात्मका का भाव
6. मुख ॥ वदन ॥ पर प्रसन्नता का अतिरेक उद्रेक
7. स्फुरणता
8. वक्षःस्थलस्थ मलत्रय का नाश ॥ बत पित्त कफ का नाश ॥
9. स्वप्न दोषों जैसे दोषों से निवृत्ति
10. अचानक कामुक होने प्रवृत्ति पर नियन्त्रण
11. वीर्य पतन को रोकने में सफलता ।
12. ध्मनियों में हवा के दबाव को यथोचित बनाये रखना
13. हृदयघात सम्बन्धी रोगों से निवृत्ति
14. मन पर नियन्त्रण स्थापित करना
15. मनोयोग की सिद्धि
16. योग लाभ में सफलता में क्रमशः लाभ





17. आंख, नाक, कान एवं गले से सम्बन्धित रोगों से निवृत्ति
18. वाणी का सही उच्चारण
19. प्राणायाम द्वारा मनोयोग के माध्यम से किसी के मन की बात का पता लगाना
20. दुःख एवं सुख का अनुमान लगाने में सरलता
21. प्राणायाम बिना लौकिक यत्र के परीक्षा सूचना को ग्रहण करने एवं सूचना प्रेषणात्मक सफल प्रक्रिया है। जो अनुभवजन्य है। लेकिन विधिपूर्वक करना चाहिये।
22. प्राणायाम मन चित्त से करना चाहिये एवं अनोपान सहित जैसे प्राणायाम से पूर्व एवं पश्चात् तुरन्त अल्पमात्रा पूर्वक जलपान करना चाहिये या दुग्धमिश्रित जल पीना चाहिए जैसे महाभारत में कहा गया है "अपःमिश्र पयो विबेत्" ॥ - यही इसकी विधि है।

### प्रत्याहार

प्रत्याहार की सफलता में मुख्य भूमिका निगने वाला प्राणायाम साधन है और साध्य प्रत्याहार। प्राणायाम से पौरुष ग्रन्थि आदि पर नियन्त्रण करने में महत्वपूर्ण सफलता मिलती है जो कि लौकिक आनन्द का परम हलादकारी है जिसे भागवत में आनन्द कहा है और इसके देवता प्रजापति कहे गये हैं। अतः जिसने इस पर नियन्त्रण पा लिया उसने मन जगत् पर विजय प्राप्त कर ली। अतः प्रत्याहार इंद्रियों को लौकिक एवं कुत्सित इरादों ॥ भावों ॥ से हटाना एवं पारमार्थिक भावों में लगाना ही प्रत्याहार है। प्रत्याहार लक्ष्य



है और प्राणायाम मार्ग है । प्राणायाम पर चलकर ही प्रत्याहार रूपी मज्जिजल ॥ लक्ष्य ॥ को वेधन छेधन किया जा सकता है और इसके लिए योग्यभास निरन्तर आपेक्षा है । प्रत्याहार का लाभ लौकिक एवं अलौकिक दोनों ही तरह से सफलतादायक हैं । लोक में मान सम्मान देने वाला एवं योगी को पुण्य लोकों की प्राप्ति कराने वाला है ।

### धारणा

धारणा से मनोबल सशक्त होता है मन स्थिर होता है और मन की स्थिरता ही योग की सफलता में मुख्य भूमिका है । मन की स्थिरता को प्राप्त करना केवल याग पक्ष में ही लाभ नहीं है अपितु सर्वत्र सामाजिक पक्ष में एवं स्वाध्याय के लिए भी अत्यावश्यक है अर्थात् मानसिक पटल पर परब्रह्म लक्ष्य को धारण करने को धारणा कहते हैं । लोक में किसी लक्ष्य विशेष को धारणा को धारणा कहते हैं ।

1. धारणा प्रबल ॥ मन स्थिर ॥ न होने से कभी मज्जिजल प्राप्त नहीं की जा सकती ।
2. मन की अस्थिरता अविश्वसनीयता ॥ अदृढ़ता ॥ के कारण ही परीक्षा में असफलता हाथ लगती है ।
3. मन की अस्थिरता अर्थात् धारणा प्रबल न होने के कारण कार्य व्यापार असफल हो जाते हैं ।
4. मन की चञ्चलता मनुष्य में भ्रान्तियां पैदा करती हैं ।
5. भ्रान्तियां मनुष्य की कमजोरियों मानी गयी हैं ।



6. मन की स्थिरता के बिना कोई भी किसी भी क्षेत्र में सफलता प्राप्त नहीं कर सकता जैसे डॉक्टर, अभियन्ता, उद्यमी, शिक्षक, विद्यार्थी एवं कलाकार इत्यादि।

अतः मनुष्य की सफलता का रहस्य मन की स्थिरता में छुपा हुआ है और मन को स्थिर करने के लिए धारणा एवं प्राणायाम दोनों ही अत्यावश्यक है।

### ध्यान

ध्यान केन्द्रित करने पर लक्ष्य आसान बन जाती है। कठिन लगने वाला लक्ष्य भी साधारण बन कर उपस्थित हो जाता है। अतः ध्यान ही सफलता है और धारणा सफलता का मार्ग है। अर्थात् ध्यान मज्जल है धारणा मार्ग।

### समाधि

समाधि परमानन्द है ध्यान रूपी मज्जल पर चढ़कर बिना विमान के ऊर्ध्व गमन अर्थात् आकाश में स्वच्छन्द विचरण कराने वाली सिद्धि है। जब जहाँ कहीं योगी जाना चाहे वही पर चढ़कर पहुँच सकता है अर्थात् योग का परम लक्ष्य वेधिका यदि कोई है तो वह समाधि ही है। जिसका फल कैवल्य है।

xxxxxx

xxxx

xxx



चतुर्थ अध्याय

विज्ञान भैरव





### विज्ञान भैरव

भरणाद् याणात् धमनार्दिति भैरवः यः ऐषां अशेषा विशेष वैज्ञानिक विधिना भराति धरति इति सहे विज्ञान भैरवः अर्थात् पालन निमीलन तथा सृजना कर्ता को भैरव करते हैं तथा जो इन तीनों को सम्पूर्णतया विशेष वैज्ञानिक विद्या प्रदान करता है उसे विज्ञान भैरव अर्थात् परम शिव कहते हैं । इस भैरव शब्द की व्याख्या को इसी विज्ञान भैरव के 127वें श्लोक स्थान प्राप्त है जिसके लिए अलग से अन्वेषण की आवश्यकता नहीं पड़ती है । जैसे कि लिखा गया है कि - जो भय से सभी को अपनी या अर्थात् अपनी ज्ञानात्मिका शक्ति से ऐकार अर्थात् माहेश्वर्य की अभिव्यञ्जिका क्रिया शक्ति से अखिल विश्व का विमर्श करता है । उसे भैरव कहते हैं । विशेष ज्ञान से जो युक्त है उसके समान कोई दूसरा ज्ञानी नहीं है वही विज्ञान भैरव है ।<sup>1</sup>

परन्तु जो इस श्लोक का वास्तविक अर्थ है वह इस प्रकार से है जिसके "भय से सभी उसमें विलीन हो जाते हैं" अर्थात् बाह्य भीतिकता से आक्रान्त कर जो अपने विषय में लगाता है कैसे भय से और जिसके प्रकाश से अखिल जगत् प्रकाशित हो रहा है अर्थात् जो सम्पूर्ण जगत् में व्याप्त होने से व्यापक है ।<sup>2</sup>

1. भया सर्व ध्याति सर्वदा व्यापिकोऽखिलः ।

भया सर्व ध्याति सर्वदा व्यापिकोऽखिलः ॥ - वि० भ०, श्लोक - 127

2. इति भैरवशब्दस्य सन्ततोच्चारणा च्छवः ॥ - वही - 107

सर्वज्ञः सर्वकर्ता च व्यापकः परमेश्वरः । - वही - 107



जो इसी प्रकार के अर्थों वाला है वही भैरव है । यह भैरव शब्द जिसके नित्य संकल्प से साधक भी विश्व हो जाता है । तभी तो श्रुति भी कहती है कि जिसके भय से सूर्य प्रकाशित होता है अर्थात् उसके प्रकाशित होने पर ही सब सूर्य चन्द्र तारागण इत्यादि उसके पीछे उसी के प्रकाश से प्रकाशित होते हैं उसी के प्रकाश से यह सम्पूर्ण जगत् प्रकाशित होता है ।<sup>1</sup>

### रुद्रयामलसार

प्रस्तुत आगम शास्त्र के प्रथम श्लोक एवं 160 श्लोक इन दो श्लोक में रुद्रयामल नाम आया है प्रथम श्लोक में कहा गया है कि यह त्रिक दर्शन का एक सम्पूर्णम सार रूप शास्त्र है । इसी ग्रन्थ के आरम्भ में ही श्रीभैरवि के मन में भगवान परमशिव के रुद्रयामल भाव को सुनने की इच्छा होती है ।<sup>2</sup> जिसमें कहा गया है कि हे परमेश्वर मुझे सम्पूर्णतया त्रिक दर्शनानुसार सार का सार भूत अर्थात् सूक्ष्मतर रूप से रुद्रयामल की कथा सुनाईये जिसे भगवान भैरव सुनाते हैं कहते हैं कि सभी विकल्पों से जब अन्तःकरण मुक्त हो जाये और साधनापरक ध्यान में बैठे साधक का चित्त परमानन्द से स्व अनुभाव के आनन्द से भर जाये वही भैरवि भैरवावस्था है ।<sup>3</sup>

1. तमेव भान्तमनुभारि सर्व, तस्यभगता सर्वमिदं विभारि ॥  
-मु0उप0मु0-2, खण्ड-2, मं0-10, कठ0030 2/2/15, श्वेताश्वतोष -6/14
2. श्रुत देव मया सर्व रुद्रयामल सम्भवम् ।  
त्रिकभेदमशेषेण सारात्सार किमागशः ॥ -वि0भै0 श्लो0 - 1
3. अन्तः स्वानुभावानन्दा विकल्पान्मुक्तगोचरा ।  
याऽवस्था भिरताकारा भैरवि भैरवात्मनः ॥ - वही - श्लो0 - 15



मैंने जिसे रुद्रयामल तन्त्र के सार को सुनकर देवी भैरवि प्रसन्न हुई और भगवान के गले मिल गई । अर्थात् उन्हीं में समाहित सी हो गई । इस प्रकार से विश्लेषण करने पर पता चलता है कि इसका प्रादुर्भाव रुद्रयामल भाव से एवं रुद्रयामल नामकतन्त्रस्य से हुआ है । जिसका लोप हो चुका है यह मात्र उसका सार भूत स्वरूप है जिसे विज्ञान भैरव नाम दिया गया है ।

### विज्ञान भैरव का परिचय

भरणाद् <sup>रुद्रयामल</sup> खणात् धमनादिति भैरवः ॥

विज्ञान भैरव का परिचय यद्यपि आज के भाष्यकारों के अनुसार जानना कठिन नहीं है । परन्तु इसका वास्तविक परिचय कराने वाले साक्षात् विद्या शरीरी वेद है यहां इनकी स्तुतिगान हुआ है और इनकी संख्या भी गिनाई गयी है ।

प्रभु प्रतिष्ठार्णव एवं सर्वदेव प्रतिष्ठा पद्धति के अन्तर्गत भैरव संख्या में आठ गिनाये गये हैं - जैसे - 1. अस्तिगं भैरव , 2. रुरुभैरव , 3. <sup>चक्र</sup> ~~चक्र~~भैरव , 4. क्रोध भैरव , 5. उन्मत्तभैरव , 6. काल भैरव , 7. भीषण भैरव एवं अष्टम् संहार भैरव ।

इन्हीं भैरवों के स्वामी हरिहर महादेव परमाशिव ही हैं, जिन्हें विज्ञान भैरव कहना युक्त युक्त प्रतीत होता है। जबकि योगिनी हृदय में <sup>श्री</sup> नव भैरव हैं, क्योंकि किसी विषय या जाति समुदाय या देश के नेता को उस-उस जाति

1. देवदेव महादेव परितृप्तास्मि शङ्कर ॥  
रुद्रयामल तन्त्रस्य सारमया धारितम् ।

सर्वशक्तिप्रभेदानां हृदयं ज्ञातमय ॥  
इत्युक्त्वा 55 नन्दिता देवी कण्ठलग्नाशिवस्यतु ॥ - वि० भ० - 159-161

2. प्रभु प्रतिष्ठार्णव , पृ० - 251





समुदाय एवं देश के नाम से विशिष्ट स्थानों पर लब्धि प्राप्त होती है जो कि तत्त्व में निर्दिष्ट होती है । अतः आठों भैरवों की अधिपति विज्ञान भैरव है ।

वेदों के पश्चात् उपनिषदों में भी परमाशिव परमेश्वर महादेव का स्तुति गान हो चुका है, जैसे श्वेताश्वतोर्षीकादि में वर्णन मिलता है। जिसमें महेश्वर की स्तुति करते हुये कहा गया है कि उस ईश्वरों के भी ईश्वर महेश्वर सम्पूर्ण देवताओं के भी परम देवता पतियों के परम पति समस्त ब्रह्माण्ड के स्वामी उस समान ब्रह्माण्ड के स्वामी स्तुति करने योग्य उस परमात्मा महेश्वर को सबसे परे जानते हैं । पुराणों में सर्वप्रथम शिवपुराण की छठी कैलास संहिता में जिसके सम्पूर्ण अध्यायों में विज्ञान भैरव का परिचय मिलता है, यहाँ इसको उद्धृत किया गया है । जो कि वास्तव में देवी देव सम्वादात्मक है; केवल वर्णावलि में अन्तर दिखाई देता है । जबकि विष्णु पुराण में भी भैरव का विज्ञान भैरवानुसार रूप रंग वर्ण का उल्लेख हुआ है ।

जैसा कि सर्वावदित है कि बहुत समय तक भारतवर्षी एवं सनातन संस्कृति पर अनेक धर्मों, जिनमें नास्तिकों में अग्रणी बौद्ध हुये उनका अधिकार रहा । जिसने न केवल भारतवर्ष बल्कि एशिया के बहुत बड़े भाग पर आधिपत्य स्थापित

तमीश्वराणां परमं महेश्वरं, तं देवतानां परमं च दैवतम्  
पतिं पत्नीनां परमं परस्ताद् विदामदेवं भुवनेशमीश्वरम् ॥ - श्वेताश्वतोर्षीकादि - ०३०-६  
मं०-१०

संहिता कैलाश - ६ द्वितीय अध्यायात् लगभग सम्पूर्ण संहितापर्यन्त सार है  
- शिव पुराण  
तृतीय खण्ड , अध्याय - ५९, कुल श्लोक - ७, पृ० - ३५१ - विष्णु पुराण





करके नास्तिक मत का प्रचार किया था । जब वो प्रचार प्रसार करते - करते काश्मीर के बहुत बड़े भाग पर भी अपने धर्म को फैलाने में सफल हो रहे थे । तभी एक चमत्कारिक अद्भुत ज्ञान से सम्पन्न भगवान परमशिव के अनन्य भक्त एवं योगवैतता वसुगुप्त जी का प्रादुर्भाव हुआ । जिनकी श्रद्धा एवं विश्वास को परख कर भगवान परमशिव ने उन्हें स्वप्न में ही शिव सूत्रों का ज्ञान करवाया, जो उन्हें स्वप्न में ही एक शिला पर लिपिबद्ध रूप से प्राप्त हुये थे । उन्हीं शिवसूत्रों में क्रमशः भैरव नाम आया है, भैरव परम शिव है और उन्मेष्ट को प्राप्त साधक जब ज्ञान सम्पन्न होकर अतिरोहित उर्ध्वगामी होता है तो वह भैरवस्वरूप ही हो जाता है । अतः यह स्पष्ट है कि यह शास्त्र आगम शास्त्र के रूप में प्रसिद्ध था । जिसे प्रथमतः लिपिबद्ध सर्वशास्त्र प्रवर्तक महर्षि कृष्णद्वैपायन सत्यवती नन्दन पराशर सूरु वेद व्यास जी ने किया और आगे चलकर इसका पुनरुद्धार करने का श्रेय महामहिम कविराज पं० गोपी नाथ जी को जाता है । जिन्होंने अपना सम्पूर्णजीवन काश्मीर शैवदर्शन के लोप हुये या जीर्णोद्धार शास्त्रों को पुनः संस्कृत कर लिपिबद्ध करते हुये प्रकाशित कराने में अथक प्रयास करते हुये सफलता अर्जित की । उन्हीं में से एक लोप हुआ आगम शास्त्र विज्ञान भैरव भी थी, जिसका उल्लेख काश्मीर शैव दर्शन शास्त्रों में तो प्रायशः हुआ था जबकि इस शास्त्र का कलेवर का पता ठीक से नहीं चल पा रहा था ।



इस शास्त्र को वसुगुप्त के शिवसूत्र के अन्तर्गत उद्यमो भैरवः के सदृश ही हुआ है । तन्त्रालोक , में भी हुआ एवं ईश्वरप्रत्यविज्ञानविमर्शिनी भाग 1, 2 में अधिकतर हुआ है ।

इसी को काश्मीर शैव दर्शनज्ञों में अगुनी अभिनवगुप्त ने "शिवविज्ञानोपनिषद्" रुद्रयामलसार के नाम से उद्धृत किया है और ग्रन्थ के अन्त में कहते हैं कि आज मैंने रुद्रयामल तन्त्र को समझ लिया है जिसका फलस्वरूप इसका नाम "रुद्रयामल सार " हुआ होगा । इसका ही उल्लेख नित्यपोडिकार्णव में भी मिलता है । अभिनवगुप्त रचित परमार्थसार के टीकाकार योगराज ने इसे "शैवोपनिषद्" की संज्ञा देकर उद्धृत किया है । योगिनी हृदय दीपिका में अमृतानन्द योगी इस ग्रन्थ का उल्लेख अनेक स्थलों पर हुआ है । जिसमें इस ग्रन्थ को "विज्ञान भैरव भट्टारक " कहा है । जैसे पृष्ठ 192 में भी इस शास्त्र की दो धारणाओं के बाद विज्ञान भैरव भट्टारक से समुद्धृत बताया है । इस प्रकार यह ग्रन्थ योगशास्त्र एवं आगम शास्त्र का उज्ज्वल रत्न है । यह ग्रन्थ अन्य शैवागमों की भाँति भैरवभैरवि के सम्वाद रूप में जगत् कल्याणार्थी अर्क्षारवि में आया है । इसमें पञ्चमसत्ता विषयक अन्य वर्तमान ११ अन्योपलब्ध १ मतों का खण्डन करके युक्तिसंगत ढंग से सर्वमान्य पारमार्थिक स्वरूप प्रस्तुत किया गया है । यही नहीं, दुःखी प्राणियों के कल्याणार्थी एवं उनकी विविध प्रकार की मानसिक स्थिति एवं स्तरों को ध्यान में रखते हुये एकत्र ही 112 धारणाओं का निरूपण किया गया है जो अपने आप में प्रत्येक परम सत्ता की प्राप्ति का एक स्वतन्त्र उपाय है इसी से इस ग्रन्थ की महत्ता अंकी जा सकती है ।

1. ई०प्र०वि०भाग-1, पृ०-287, भा०-2, पृ०-214, 405 एवं 427
  2. भाग-3, पृ० - 285 एवं श्लोक - 160
  3. नित्यपोडिकार्णव - 4- 59
- परमार्थसार टीका, योगराजकृत, पृ०-148, 151



## विज्ञान भैरव का लेखक

विज्ञान भैरव एक आगम शास्त्र के रूप स्वीकृत ग्रन्थ है और आगम शास्त्र का अर्ध गुरुमुख परम्परा के अनुरूप में अनुश्रुत होता है। जैसे वेद परम्परा है वस्तुतः वैसे ही आगमे विहास की भी परम्परा रही है। जिसे सिद्धयोगीश्वर समुदाय प्रयोग में लाते एवं क्रमशः शिष्य परम्परा को इस क्रम को चलाते रहने का सन्देश देते रहे होंगे। तभी युग क्रमानुसार जैसे - जैसे युग बदलते गये वैसे वैसे मनुष्य की आयु, स्मरण शक्ति, श्रद्धा एवं विश्वास में भी कमी आती गई। इसी को सम्मुख रखकर एवं विचार कर सर्वशास्त्र प्रवर्तक महर्षि वेदव्यास जी ने सभी वेदान्त एवं पुराणतथा आगमशास्त्रों को लिपिबद्ध किया था। जिसमें विज्ञान भैरव का भी उल्लेख मिलता है। अतः विज्ञान भैरव का वास्तविक लेखक कौन है ऐसा प्रत्युत्तर दे पाना कठिन है जबकि यह परम सत्य है कि इसके लेखक उपदेष्टा स्वयं भैरव है। क्योंकि "विज्ञान भैरव प्रश्न प्रति वचनात्म झाली में लिखा गया एक आगम ग्रन्थ है। जिसमें प्रश्न भैरवी करती है और उसका उत्तर स्वयं भैरव देते हैं। इस विधा के अनुसार इसका रुद्रयामल भाव से, शिव एवं शक्ति के सामरस्य से हुआ है। और सिद्ध योगीश्वर इसके प्रवक्ता माने गये हैं।" जैसा कि इसी ग्रन्थ के प्रश्नोत्तर करने वाले दोनों लेखक हैं - 1. प्रश्नकर्त्ता भैरवि तथा 2. उत्तरकर्त्ता भैरव<sup>2</sup>।

1. काशी हिन्दु विश्वविद्यालय की मातृकाओं § 50 - 220, 766 § में

सिद्धयोगीश्वर इस ग्रन्थ के प्रवक्ता माने गये हैं। वि० प्र०

2 - भैरवि उच्चाय, भैरव उवाच वि० प्र० १०१ तथा १४



क्योंकि भैरव का प्रथमतः उल्लेख वेद में हुआ है और तत्पश्चात् इसे लिखित महादेव व्यास जी ने शिवपुराण की संहिता क्रमाङ्क 6 कैलास नामक संहिता में हुआ है<sup>1</sup>। अतः इसके लेखक की वस्तु स्थिति का पता लगाना आज भी उतना ही कठिन है, जितना प्राचीन व्याख्याकारों के लिए रहा है। जबकि इसका प्रथमतः आगम शास्त्रों के अन्तर्गत रुद्रयामल तन्त्र में उल्लेख है परन्तु दुर्भाग्यवश काल को प्राप्त हो चुके, उस ग्रन्थ का प्राचीन स्वरूप उपलब्ध नहीं है। इसका परिचय हमें विष्णु पुराण से भी मिलता है यहाँ भैरव के रूप रंग, वर्ण, का वर्णन किया गया है<sup>2</sup>। शिव पुराण के प्रथम खण्ड में ही प्रारम्भ में भैरव का रुद्रयामल सार उल्लेख हो चुका है जिससे यह अनुमान लगाया जा सकता है कि यह किसी सिद्धयोगीश्वर की कृति है जिसने स्वयं भैरव की सिद्धि प्राप्त की थी और बाद में उसी की शक्ति से वर अर्थात् ज्ञान प्राप्त कर इसे सम्वादात्मक रूप दिया हो। संभवतः उसे शास्त्र ज्ञान भी पूर्ण था वे ही शिवपुराण में भी पारंगत थे।

1. शिवपुराण कैलास संहिता, 2 अध्याय से संहिता समाप्ति पर्यन्त, खण्ड-3, अ० - 59, श्लोक - 1-7  
भैरवाख्यं भुवोर्मध्याद् ब्रह्मदर्पं जिह्मसंया ॥ - शिवपुराण, सं०-1, अ०-8, श्लो०-8
2. तथा छठ कैलास संहितायाम्, अ०-19, श्लो० - 14  
अथातोरूपनिमज्जिंश्चम्यहं भैरवस्थते । लम्बोदरं तथा कुर्याद्वृत्तपिङ्गललोचनव्यालेन  
प्रक्षुद्रां करालवदनं कलनासापुटं तथा । कपालमालिनरौद्रसंघतः सर्वभूषणम् ॥  
त्रासयन्तं च देवीं पर्वतनन्दिनीम् । सजलादम्बुसंकाशं गणधर्मोत्तरच्छदम् ॥  
-----नयास्यापुरतः कस्य दिवी पर्वतनन्दिनीम् ॥  
- विष्णुपुराण, सं०-3, अ०-59, श्लो० - 1-7





### विज्ञान भैरव का आगम काल §समय§

रुद्रयामल तन्त्र वह शास्त्र है, जिसका उल्लेख तो मिलता है, परन्तु वास्तविक रूपेण उपलब्ध नहीं है। जिसमें प्रथमतः विज्ञान भैरव का प्रादुर्भाव रुद्रयामल के रूप में शिवशक्ति के सामरस्य से हुआ है परन्तु आज उपलब्ध नहीं है वही इसका प्रादुर्भूत आगम शास्त्र रहा है। अतः उसके प्रादुर्भाव के काल के विषय में कुछ भी कहने की स्थिति में नहीं है। परन्तु इतना अवश्य है कि इसका प्रादुर्भाव वसुगुप्त के शिव सूत्रों से बहुत काल शताब्दियों पूर्व हो चुका होगा क्योंकि इन्होंने अपने शिवसूत्र नामक ग्रन्थ में भैरव को परमशिव के ही पर्यायवाची अर्थ में निर्दिष्ट किया है<sup>1</sup>। जबकि शिवसूत्र को तो स्वयं भगवान ने रचा मानते हैं। तब भैरव की स्थिति काल के विषय में कुछ कहना उचित तो नहीं लगता। परन्तु आज के युग की दौड़ में सम्पर्क स्थापित करने के लिए इन्हें सातवीं शताब्दि से भी पूर्व का मानना युक्ति संगत लगता है जबकि वास्तविक रूप से बुद्ध धर्म से पूर्व ही अपना विस्तार कर चुके थे। अनुमानतः किसी भी धर्म को अपना संस्कृति एवं सभ्यता का विस्तार करने के लिए कम से कम 150 से 200 वर्षों का समय लग ही जाता है और पुरातन संस्कृति मूलतः नष्ट न होकर जीर्ण शीर्ण हो जाती है। जो काल चक्र के परिवर्तित घटनाक्रम के अनुसार अपने श्रद्धा एवं विश्ववर्चनोप पुत्रों के रूप में पुनः बनपने लगती है। इसी प्रकार से यह कहना कि यह महात्मा बुद्ध के बाद इनका प्रादुर्भाव हुआ होगा युक्ति संगत नहीं लगता है। तब ऐसी परिस्थिति में इसे महात्मा बुद्ध के



पूर्व में स्थापित करने में कोई कठिनाई भी नहीं आती है । ऐसा इसलिए कि यहां पर भी "शून्य को माना गया है" और महात्मा बुद्ध को भी शून्य ही प्रिय था । परन्तु दोनों के शून्य में अन्तर रहा है । विज्ञान भैरव का शून्य स्वतन्त्र परिपूर्ण शिव ही शून्यता का स्थान है । जहां से सारे तत्व निकलते हैं और लीन भी हो जाते हैं । परन्तु बुद्ध इस शून्य को अर्थ की दृष्टि से अभाव के रूप में लेते हैं ।

इसलिए इस शून्य की युक्तियों से बौद्धों से पूर्व कहना युक्ति संगत लगता है अर्थात् इसका प्रादुर्भाव तो प्राचीन है ही जबकि विकास की दृष्टि से भी विक्रमी 448-505 से भी पूर्व हो चुका था । तभी शून्य को ग्रहण कर बुद्ध ने आह्वान किया होगा और अपने मतानुसार छल जाति से शून्य को परमशिव न मान कर अभाव के रूप में चर्चा करते हुये शिष्यों को शिक्षा दी होगी, जिन्हें बाद में शून्यवादी बौद्ध कहा जाने लगा । क्योंकि बुद्ध ने तपस्या से पूर्व बहुत से ग्रन्थों को पढ़कर गन्धन कर लिया था और वह वस्तुतः बौद्ध होने से पूर्व सांख्य सम्प्रदाय से ही सम्बन्धित सांख्य आराडक ह्यम के शिष्य थे<sup>1</sup> । जिन्होंने उन्हें

1 यदवेधं यदग्राह्यं यच्छून्यं यदभावगम् ।

तत्सर्वं भैरवं भावः तदन्ते बोधसम्भवः ॥-वि० भै० श्लो०-124, पृ०-137

नित्ये अनराश्रये शून्ये व्यापके कलनोर्ज्ज्वले ।

बाह्याकाशमनः कृत्वानि राकाशसमाविशेत् ॥ - वही - श्लो० - 125

बौद्ध दर्शनपरिच्छेद ४४४ ॥ बौद्ध धर्म का दार्शनिक विकास ॥, पृ० - 132 भा० ६०, ब० ३५०



ज्ञान को शिक्षा भी दी होगी और जो इसी शिक्षा को पाकर साकार मूर्तियों का आश्रय अवलम्बन कर शून्यालय रूपी गगन के नीचे वह वृक्ष की छाया में तपस्या के लिए बैठे थे। अतः बुद्ध पर शून्य का प्रभाव था और वह विज्ञान भैरव जैसे आगम ग्रन्थों के अध्ययन एवं श्रवण से हुआ होगा। अतः विज्ञान भैरव के विकास की गति विक्रम सम्बत् से पूर्व या कुछ अवधिमान मानी जाये तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। जबकि प्रादुर्भाव के समय के विषय में कुछ भी कहना कठिन है। वेदों की तरह ही आगम शास्त्रों को आप्त एवं अपौरुषेय माना गया है।

आधुनिक इतिहासज्ञ कश्मीर के आगम ग्रन्थों के आदिर्भाव का काल ई० सातवीं-आठवीं शताब्दि में हो मानते हैं और उनमें ईश्वरप्रत्यभिज्ञा का जो कि भट्ट उत्पटन देवाचार्य जी की कृति है। उसका समय नवमी शताब्दि मानते हैं और विज्ञान भैरव को उससे परवर्ति कभी भी नहीं माना जा सकता। परन्तु जिन युक्तियों को समक्ष रखकर विज्ञान एवं समय का ज्ञान बोध कराने वाले युक्तियों का आश्रय लेते हैं यदि इन्हीं के सदृश शून्य का आश्रय लेकर संकलन किया जाये तो बुद्ध से भी प्राचीन होने का श्रेय विज्ञान भैरव को जा सकता है। अतः स्वयं अनुभाव जन्य लगता है कि इसका प्रादुर्भाव महात्मा बुद्ध से भी पूर्वमेव हो चुका था और केवल मात्र पुनर्दोहर की यहां तक बात आती है वह सातवीं या आठवीं शताब्दि मान लेने में आपत्ति नहीं है, क्योंकि बहुत समय-तक सातवीं आठवीं शताब्दि के पश्चात् भी काश्मीर पर बौद्ध मतावलम्बी राजाओं का राज रहा है। जिनमें वसुगुप्त जैसे आस्तिकवादी योगवेत्ताओं का प्रादुर्भाव भी हुआ, ऐसा इतिहास का ही कहना है। अतः सभी तार्किक शून्यादि युक्तियां बौद्ध से प्राचीन होने की ओर इंगित करती हैं।



जबकि समयाकलन कलत्रों द्वारा भी इसे "योग वशिष्ठ" से पूर्व का माना जा चुका है जैसे कि योगवाशिष्ठ में "नोर्ध्वप्रयुध्यज्जीत पमुज्यान्ति" प्रभृति नेत्र तन्त्र के और "न सक्तमिह चेष्टासु" के श्लोकों में भी विज्ञान भैरव उपदिष्ट कुछ स्थूल भावनाओं का निषेध है। इन्हीं से पता चलता है कि विज्ञान भैरव का प्रादुर्भाव पहले हो चुका था। जबकि योग वशिष्ठ को समय निर्धारकों ने सातवीं शताब्दि का राखत ग्रन्थ माना है। अतः यदि हम शून्य की कसौटी को बौद्धों से पहले रखें तो उसमें कोई विस्मय नहीं होना चाहिये क्यों कि सनातन की पद्धति इतनी संकुचित नहीं है और न आगे ही रहेगा। इसमें सामाये बाधाये नहीं थी, तभी तो इस पर प्रहार होते रहे। इसका अजतना बड़ा इतिहास है, उतनी ही खुला आंगन है जिसे जो सम्मत उसी को अपना कर साधक सकल हो सकता है इसलिए विज्ञान भैरव में 112 धारणायें गिनाई हैं। अतः बौद्धों से पूर्व निश्चित लगता है।

### भाष्य व्याख्याकार

भारतीय मनीषियों के अगण्य महामहिम कविराज पं० गोपीनाथ जी की कृपा से विज्ञान भैरव के व्याख्याकारों के विषय में सामग्री उपलब्ध होने लगी है। इसका सर्वश्रेष्ठ साधन यदि कोई परिश्रम है तो वह लुप्तागमसंग्रह उपोद्घात रहा है जिसके प्रकाशन में आने से काश्मीर वैश्व दर्शन एवं धर्म के विषय में प्रचुर मात्रा में ज्ञान दर्शन होने लगा है। लेखक के विषय में तो स्पष्ट हो ही चुका है।

नोर्ध्व ध्यानं प्रयुज्जीत..... नेत्रतन्त्र .....  
 ..... न सक्तमिह चेष्टासु ॥ - योग वशिष्ठ, उपशम 69, श्लोक-2-7





कि यह तत्त्वयोगीश्वरों द्वारा रचा गया ग्रन्थ है । इसके उपदेशक स्वयं भैरव हैं जो भैरवा के प्रश्नों के उत्तर के रूप में अपने भावों को प्रकटित करते हुये भैरवी को उपदेश देते हैं । जबकि इसकी भाष्यकारियों में प्रथमः "वामन नरथी का नाम आता है उनका अद्ययसम्पत्ति वार्त्तिक में मिलता है । इनका सम्बन्ध काश्मीर के ऐतिहासिक राजा जयपीड़ § 779-813§ से रहा है । इसी समय विज्ञान भैरव का पुनः प्रादुर्भाव हो चुका था । ऐसा मान लिये जाने में कोई आपत्ति नहीं आती है । जबकि व्याख्याकारों में क्षेमराज, शिवोपाध्याय एवं भट्टानन्द का नामोल्लेख मिलता है । शिवोपाध्याय ने विवृत्ति नामक टीका लिखी है जबकि दूसरी विज्ञान कौमुदी भट्ट आनन्द की है ।"

क्षेमराज जी ने विज्ञानोद्योत नाम की व्याख्या इस पर लिखी है । इनमें क्षेमराज जी की टीका जीर्ण शीर्ण रूप से उपलब्ध है जो प्रायः अधिकतर लुप्त हो चुकी है । जिसका ज्ञान हमें शिवोपाध्याय की विवृति के अन्तिम श्लोकों § 50 - 143 § से मालूम होता है । तान्त्रिक साहित्य में शिवोपाध्यायकृत विज्ञान भैरव की टीका नाम विवृत्ति न बतलाकर विमर्श दीपिका बतलाया है ,

1.

श्रुतं देव ममेत्यादिप्रश्नग्रन्थार्थबन्धनम् ।

उध्वं प्राणादि पदान्तं क्षेमराजकृतं शुभम् ॥

ततः परमुपाध्यायकुश काशीवलम्बनम् ।

यद्वृत्तिग्रन्थकालपुस्तकहस्तगोचरम् ॥

भुजर्त्तिकं वा नायातं जग्धं कालद्युषेन् तत् ।

दग्धं वा वहिर्नुनाच्छिन्नमत्रसाक्षी महेश्वरः ॥

- वि० भै०, उपोद्घात , पृ० -



और विमर्श दीपिका का नाम लेकर कुछ श्लोक उद्धृत किये हैं। परन्तु विमर्श दीपिका इससे सर्वथा भिन्न है, श्लोकों के अन्तर्गत शिवोपाध्याय केवल अपनी एक अन्य कृति से समाज को किसी बहाने परिचित करवाने का प्रयास करते हुये दिखायी देते हैं।

इस प्रकार से विज्ञान भैरव के भाष्यकारों की संख्या तीन की संख्या में उपलब्ध होती है। भट्ट आनन्द शिवोपाध्याय एवं अभिनवगुप्त के परमप्रिय शिष्य क्षेमराज।

भट्ट आनन्द के द्वारा भाष्य समाप्ति काल कलिसम्बत् 4774 की चैत्र प्रातःपक्षा है<sup>2</sup> अर्थात् लगभग 1730 ईस्वी आता है और अनुमानतः जन्म 17वीं शताब्दी के लगभग बताता है अर्थात् 1660 से 1730 तक है और शिवोपाध्याय<sup>3</sup> का स्थिति काल काश्मीर के राजा सुय जीवन के सम है अर्थात् अठाहरवीं<sup>3</sup> शताब्दि माना गया है। क्षेमराज इन सबसे पूर्व के हैं जिनका स्थिति काल 11वीं शताब्दि माना जा चुका है।

xxxxxxx

- 
1. तान्त्रिक साहित्य, पृ० - 596
2. श्लोक - विज्ञानभैरव विवृति, पृ० - 110-111
3. वेदसप्तविधिदान्त्ययुगाब्दमुपपत्तौ।
3. क विज्ञानकौमुदीमेतां भट्टानन्दोप्यकसयत् 11, पृ० - 93
3. रव काश्मीर शैविज्म, पृ० - 32 तथा शिवोपाध्याय विवृति, पृ०-143-144
- सुयजीवनाभिधाने रक्षति काश्मीर मण्डले नृपतौ।
- अगमन्निःशेषत्वं विज्ञानोद्योतसंग्रहसुगमः 11, पृ० - 144



### पञ्चम अध्याय

विज्ञान भैरव का प्रतिपाद्य विषय - परमशिव,  
जीव, जगत, बन्ध, मोक्ष, उपाय एवं योग ।  
विज्ञान भैरव के आधार पर धारणाओं की  
संख्या एवं विवेचना



विज्ञान भैरव का प्रतिपाद्य विषय - परमेश्वर, जीव, जगत्, बन्ध,  
मोक्ष; उपाय एवं योग तथा विज्ञान भैरव के आधार पर धारणाओं  
की संख्या एवं विवेचना

---

### परम तत्त्व

जैसा कि सर्वविदित है कि प्रत्येक ग्रन्थकार का ग्रन्थ लेखन में अपना एक दृष्टिकोण रहता है और लगभग अधिकाधिक रूपेण विशेष कर दार्शनिक जगत् के विद्वान् कुछ नया प्रतिपादन करने का हर सम्भव प्रयास करते हैं। इन प्रयासों के पीछे कारण उनकी ईश्वर चिन्तन से उत्पन्न अपनी अपनी अनुभूति रही होती है। क्योंकि जो भारतीय दर्शन है विशेष कर ईश्वरपरक उनके अपने अपने ईश्वर विषयक मत हैं कोई राम को मानता है कोई विष्णु को एवं कोई महादेव परमेश्वर इत्यादिक नाम संज्ञा से वर्णन करते हैं। जबकि लक्ष्य एक ही है केवल नाम में भिन्नता पाई जाती है और आत्मा लाभ § आत्म ज्ञान § की प्राप्ति के बाद शास्त्राभ्यास के बाद उस परमात्म तत्त्व का अपने अपने ढंग से निरूपण होता है जिनके विषय में हमें इस विज्ञान भैरव नाम शोधार्थ चयन आगम शास्त्र से भी चलता है इस शास्त्रकार ने भगवान के विषय में अभिव्यक्त किये गये आठ रूपों को नकार कर स्वयं द्वारा प्रतिपादित एक नया रूप जो कि निष्कल, निराधार, विष्णु, नित्य इत्यादि है स्पष्ट किया है। जबकि शेष जो अन्य द्वारा अनुभूति से प्राप्त व्यक्त महान्यतायें जिनका निराकरण किया गया वे परम तत्त्व विषयक निम्न प्रकार से रही है -





1. शब्द राशीमय , 2. नवात्मा , 3. त्रिशिरभैरव , 4. शक्तित्रयात्मक ,  
5. नादाबिन्दुमय , 6. प्रणव कलामय , 7. चक्ररूढया अनक , 8. शक्तिस्वरूप ।

शब्द राशी मय - वैयाकरण एवं कुलदर्शन मतवाला म्बियों का मानना है कि वह परम सत्ता शब्द राशीमय है जैसा कि वाक्य पदीय में कहा गया है कि वह "ब्रह्मसत्ता सभी शब्दों का वाच्य है, वह उस नित्य सफोट शब्द से पृथक् नहीं है । पृथक् न होने पर भी दोनों का सम्बन्ध जीव और परमात्मा की तरह है ।" <sup>2</sup>

शब्द ब्रह्म ही संसार की विभिन्न वस्तुओं के रूप में प्रतिभासित होता है और उसी से इस संसार की सारी प्रक्रियाएँ होती हैं अतः शब्द ही ब्रह्म है । <sup>3</sup>

महाभारत में कहा गया है कि शब्द ब्रह्म में प्रवीण होकर पुरुष परब्रह्म की प्राप्ति करता है । <sup>4</sup>

1. नित्यविभूर्विराधारो व्यापश्चार्त्तलरिधयः ॥-वि०भ०, श्लो०-129  
तत्त्वतो च नवात्मासौ शब्दराशिर्न भैरवः ।  
न वासौ त्रिशिरा देवो न च शक्ति त्रयात्मकः ॥  
नादाबिन्दु मयोवापि न चन्द्रार्धानिरोधिका ।  
न चक्रमसंभिनो न च शक्तिस्वरूपवाद ॥ -वही- ॥-12
2. वाच्या सा सर्व शब्दा नां शब्दाच्च पृथक्तः ।
3. अपृथक् त्वेऽपि सम्बन्धस्तयोर्जीवात्मनोरिव ॥-वा०प० 3/2/16  
अनादिनिधनं ब्रह्म शब्द तत्त्वं तदक्षरम् ।  
विवर्ततेऽर्थ भावेन प्रक्रिया जगतो यतः ॥ - वा०प० 1/1
4. शब्द ब्रह्मणि निष्णातः परब्रह्माधिगच्छति ॥ -म०भ०श०प०अ० 270



वही कहा है कि वह व्याकरण शास्त्र अपवर्ग का साधन है, वाणी के मलों की विचिकित्सा करने वाला है सभी विद्याओं में पवित्र है और मोक्ष प्राप्ति करने वालों के लिए तो सीधी मार्ग है ।<sup>1</sup>

स्वच्छन्द तन्त्र में भी कहा गया है कि "अहं" प्रत्याहार मातृका चक ही शुद्ध राशी स्वरूप परम तत्त्व है, क्योंकि इसी के गर्भ में समस्त संसार के सकल शास्त्र विद्यमान हैं । सम्पूर्ण शास्त्र इन्हीं की सहायता से प्रकट होते हैं ।<sup>2</sup>

कुलदर्शन वालों के मत के समर्थन में ही प्रस्तुत ग्रन्थ में एक श्लोक मिलता है जिसमें कहा है कि अनुत्तर अकार अकुल तत्त्व और विसर्ग ॥ हकारोच्चारण-स्वरूपा ॥ कौलिक शक्ति है । इसी का शिव बिन्दु भी कहते हैं इसी शिवबिन्दु रूप विसर्ग से ही सारे जगत् की सृष्टि होती है । अर्थात् "सर्विसर्ग अकार में वृद्ध धारण करे और अन्ततः अकार रहित केवल विसर्ग में ही चित्त के ध्यान में ही चित्त समाविष्ट करे इस प्रकार जैसे विसर्ग बिना अकार के है उसी प्रकार निराधार चित्त के द्वारा उस ब्रह्म सनातन को जाने" <sup>3</sup>। ऐसे अनेक उदाहरण शुद्ध राशीमय के योगिनी हृदयदीपिका ॥ पृ० - 170॥ में लिखा है कि परमात्मा

1. तद्वारमपवर्गस्य वाङ्.मलानां विचिकित्सतम् ।  
पवित्रं सर्वविद्यानामधिपदयं प्रचक्षते ॥ - वा०प० 1/14  
इदमाद्यं पदस्थानं सिद्धिसोपानपर्वणाम् ।  
इयं सा मोक्षमाणानामंजिह्वा राजपद्धतिः ॥ - वा०प० 1/16
2. अकार हकार प्रत्याहार त्यागभी कृतशेषविषयसमग्रशास्त्र  
प्रसरप्रथमं कुरुरूपो भगवान् शब्दरार्शिः ॥ - स्व०त०, भा० - 1, पृ० - 6
3. वर्णस्य सर्विसर्गस्य विसगन्तिं चित्तं कुरु ।  
निराधारेण चित्तेन स्पृष्टं ब्रह्म सनातनम् ॥ - वि०भ०, सव्याख्या, पृ०-89



निर्लिखित जगत में अन्तर्धामी रूप से स्थित है ऐसा ब्राह्मण ग्रन्थों में भी प्रतिपादित है । इस प्रकार वह द्वादश राशी मयी परावाक् है ।<sup>1</sup> इसी में लिखा है कि अकार हकार का सामरस्य रूप ही अर्थात् अहः प्रत्यय ही परावाक्, पश्यन्ति, मध्यमा एवं वैखरी स्वरूप चार भेद हैं । जैसे कि संकेत पद्धति में भी कहा गया है अकारसभी वर्णों के पूर्व में होने से वही अकार परमशिव प्रकाश स्वरूप है । और हकार अन्तिम वर्ण होने से अकला विमर्श स्वरूप है ।

नवात्मा - योगीनी हृदय दीपिका में भी नवात्म मन्त्र का उद्धार किया है ॥द्रष्टव्य, पृ० - 257॥ इसमें सभी शक्तियों को अन्त में नवात्मा भैरव से जोड़ना चाहिये । विबुद्ध स्थान में, हृदय, नाभि, स्वाधिष्ठान एवं कहा है कि मूल आज्ञाचक्र ये सभी धातु देवता है । इनमें नवात्मा भैरव है, जिसके लिए कहा है आनन्दभैरव<sup>2</sup> उसी नवात्म भैरव का तर्पण करो आनन्द भैरव के लिए षट् का उच्चारण करना चाहिये । इस प्रकार से नवात्मा भैरव का पता चलता है ।<sup>2</sup>

1. परमात्मा तु निर्लिखितान्तर्धामी ब्राह्मणप्रतिपादितः ॥ - यो० ह० दी०, पृ० - 170  
गणेशोऽभून्महाविद्या परा वागर्वादिवाङ्मयी ।  
बीजबिन्दूध्वनीनां तु यत्र त्रिदूषु गृहार्त्मिका ॥ - यो० ह० दी०, श्लो० - 63  
अकारः सर्ववर्णग्रयः प्रकाशः परमः शिवः ।  
इकारोऽन्त्यकलोरूपो विमर्शरूपः प्रकीर्तितः ॥  
अकारहकारसामरस्यरूपा परावागर्वादिवासांताः पश्यन्ति  
मध्यमा वैखरी चतुस्तिकः ॥ , पृ० - 170
2. अंघ्रीशं योजयेदन्ते नवात्मायं समुदधृतः ॥ विबुद्धो हृदये नाभी स्वाधिष्ठानेन  
मूलतः । आज्ञायाम् धातुनाथश्च न्यस्तव्या धातु देवताः । नवात्मा -  
पूर्वोक्तेन तर्पयेत् ॥ - यो० 104-105

आनन्दभैरवमिति । नवात्मनव आनन्दभैरवं तर्पयेत्तदिति ॥  
आनन्दभैरवाय षोडश ॥ - यो० ह०, पृ० - 257



तन्त्रालोककार ने और उसके टीकाकार जयरथ ने भी ब्राह्मी प्रकृति आठ मातृकाओं के मध्यवर्ती भैरव स्वरूप को नवात्मा माना है । जो इस प्रकार हैं -  
अष्टारचक्र के मध्य में नवात्मा भैरव ही है ।<sup>1</sup>

त्रिशिरोभैरव = प्रत्यभिज्ञाहृदय में त्रिशिरोभैरव मत का ज्ञान इस प्रकार से होता है जहाँ एक प्रश्नात्मक स्वरूप श्लोक आया है जिसमें कहा गया है कि -  
हे प्रिये । अब तुम शरीर सब देवों से युक्त होता है । वहाँ कठिन अंश पृथिवी द्रव्यंश जल कहा गया है । इस प्रकार इस विश्व में ॥ शरीर ॥ में भगवान् त्रिशिरोभैरव, साक्षात् ॥ व्यक्ति के रूप में ॥ विश्व को व्याप्त करके स्थित है ।<sup>2</sup>

शक्तित्रयात्मक - इस स्वरूप के विषय में इसी ग्रन्थ में प्रकाश डाला गया है कि इनके तीन भेद हैं - परा परापरा-अपना । अर्थात् इच्छा , ज्ञान , क्रिया इनके सम्बन्ध में कहा है कि परापर का एवं अपरा का सकल स्वरूप बन सकता है परन्तु परा शक्ति निष्कल रहती है यदि उसमें सकलत्व माना जाने लगेगा तो उसका परत्व ही नष्ट हो जायेगा । अतः परा का स्वरूप निष्कल ही है ।<sup>3</sup>

1. एकवीरोयामलोऽथ त्रिशक्तिश्चतुरात्मकः ।  
पञ्चमूर्तिः षडात्माऽयं सप्तकोऽष्टकमूर्तिः ॥  
नवात्मा दशादिवर्तिरेकादशकलात्मकः ।  
द्वादशशरमहचक्रोनायकोभैरवस्त्विति ॥- अ०-१, श्लो० - ॥०-॥॥  
नवास्याः शक्त्याः पूज्यास्तदारुद्रविनायकौ ।
2. त्रिशिरोमतेऽपि - सर्वदेवमयः कायस्तं चेदानीं शृणु प्रिये ।  
पृथिवी कठिनत्वेन द्रवत्वेऽम्भेः प्रकीर्तितम् ॥  
इत्युपक्रम्य - त्रिशिरोभैरवः साक्षाद्व्याप्य विश्वं व्यवस्थितः ॥-  
प्र० भि० ह०, पृ०-॥
3. परापरायाः सकलमपरायाश्च वा पुनः ।  
पराया यदि तद्वत् स्यात् परत्वं विरुध्यते ॥  
न हि वर्ण विभेदेन देहभेदेन ।  
परत्वं निष्कलत्वेन सकलत्वेन तद्विधेत् ॥- वि० भि०, श्लो०-५-६





## नाद बिन्दु

शैव सिद्धान्त के एक पक्षपर इसके भी समर्थक हैं इनके अनुसार शिव, शक्ति एवं बिंदु - ये तीन रत्न हैं । ये ही समस्त तत्वों के अर्चिष्ठाता हैं और उपादान रूप से प्रकाशमान होते हैं ।<sup>1</sup> शुद्ध तत्त्वमय शुद्ध जगत् के कर्त्ता शिव, करण, शक्ति तथा बिन्दु हैं । विशुद्ध सत्व जो जाना जाता है वही बिन्दु है । इसी का नाम "महामाया" है । यही बिन्दु शब्द ब्रह्म कुण्डलिनी, विद्या शक्ति तथा व्योम, इन विचित्र भुवन तथा भोग्य रूप में परिणत होकर शुद्ध जगत् की सृष्टि करता है छूट होने पर "इस बिन्दु से एक ओर शुद्ध देह, इन्द्रिय भोग तथा भुवन की उत्पत्ति है ॥ शुद्ध अधवा ॥ दूसरी ओर शब्द का भी उदय होता है । सूक्ष्मनाद, अधर बिन्दु और वर्ण भेद से शब्द तीन प्रकार का होता है । अतः समस्त जगत् का कारण नाद बिन्दु है " इसी प्रकार से श्री मृगेन्द्रागम में भी वर्णन मिलता है ।<sup>2</sup> प्रस्तुत ग्रन्थ के उपोद्धात् में भी शत रत्न संग्रह से लिपिक किया गया है कि नाद को मालिनी, महामाया, समना अनाहत, बिन्दु, अघोषा वाक्, ब्रह्म कुण्डलिनी बताया है ।"

1. जायतेऽधवा यतः शुद्धो वर्तते यत्रलीयते ।  
स बिन्दुः परनादाख्यः नादाबिन्दुवर्णकारणम् ॥-२०३० का०-२२
2. सिद्धोनादः परसुमङ्गला मालिनी महामाया ।  
समनाऽनाहतबिन्दुरघोषा बाग ब्रह्मकुण्डलिनी तत्त्व ॥  
विद्याख्यं चेत्युक्तस्तैस्तेः शब्दैस्तदाममेष्टिवत्येव ॥  
-शतरत्न संग्रह पृ० -४०, द्रष्ट० प्रस्तुत ग्रन्थ उपो०, पृ०- १०







के ऊर्ध्व भाग में, नाद की शिर में, नादान्त की ब्रह्म रन्ध्र में, शक्ति की त्वक् में, व्याधिनी की शिखा के मूल में, समना की शिखा में और उन्मना की शिखा के अन्तिम भाग में स्थिति रहती है। इस उन्मना को भी लांघ कर, अर्थात् द्वादशान्त पर्यन्त सभी सोलह भूमियों को पार कर लेने पर सत्रहवें तिनरजन द्वादशान्त स्थान में अवस्थित व्योमाकार परमशिव के रूप में साधक अपने को देखने लगता है। प्रणव को पिण्ड मन्त्र इसलिए कहा जाता है कि यह नाभि से लेकर द्वादश पर्यन्त इस पिण्ड में विभक्त है।

शिवोपाध्याय के श्लोक को व्याख्या इस प्रकार से है कि है समस्त वाङ्मय को अपने गर्भ में समेटे हुये यह उंकार प्रत्येक प्राणी के हृदय में अनाहत नाद के रूप में ध्वनित होता रहता है। हृदय में विद्यमान यह प्रणव रूप सदाशरी ही परमपदस्थानीय है। हम इसी तेज की उपासना करते हैं।

अनन्त या चक्रारूढ - मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूरक, अनाहत, विशुद्धादया एवं आशा ये षट् चक्र कहे गये हैं इनमें सार्धत्रिंशत् प्राण कुण्डलिनी रहती है। इन चक्रों के की मूलाधार या हृदय से लेकर द्वादशान्त पर्यन्त भावना की जाती है जिसमें अन्ततः परम तत्त्व की भावना होती है। ये चक्र इस प्रकार से हैं जन्माग्रा - मूल - कन्द - नाभि - हृत् - कण्ठ तालु - भूमध्य - ललाट - ब्रह्म रन्ध्र - शक्ति - व्याधिनी। इनमें जन्माग्रा से लेकर व्याधिकी पर्यन्त नित्यशः उपरोपरि विकास से ही चक्रमेधन होता है और साधक मुक्त हो अर्थात् भैरव में समाविष्ट हो जाता है। इस प्रकार के ज्ञान के लिए प्राणापान वाहिनी ईडा पिंगला के अतिरिक्त



मध्यनाडी सुषुम्ना के भीतर जो परम तार्त्विक रहस्य है उसे जानना जरूरी हो जाता है वह इन प्राणायाम से विशेष है और स्वाभाविक है । इन दोनों प्राणायाम को प्राणायामादि क्रियाओं से सुषुम्ना में परिवर्तित कर उस स्वाभाविक सुषुम्ना को विकसित किया जा सकता है जिसके विकसित हो जाने पर सायक भैरव में समाविष्ट होने में देर नहीं लगता स्वतः समाविष्ट होकर शिवमय हो जाता है । अर्थात् यही मध्यनाड़ी स्थित बिना क्रम के स्वाभाविक रूप से उच्चरित होने वाली यह प्राण शक्ति ही अनचक कहलाती है । अजया जप में इसी का स्फुरण होता है । इसके स्वरूप को इसी ग्रन्थ की क्रमशः धारणा एक से लेकर आठ तक उपाय में वर्णन किया गया है ।"

1. ऊर्ध्वे प्राणोद्घयो जीवे विसर्गत्मा परोच्चरेत् ।  
उत्पातित द्वितयस्थाने भ्रष्टाद् भारितार्थस्थिति ॥
- मरुतोऽन्तर्धृतिवाऽपि विद्युद्व्युग्मार्निवर्तनात् ।  
भैरव्या भैरवस्येत्यं भैरवि व्यज्यते वपुः ॥
- न प्रजेन्न विशेषच्छक्तिर्मरुदरूपा विकसिते ।  
निर्विकल्पतया मध्ये तथा भैरव रूपता ॥
- कुम्भिका रेचिता वारि पूरिता वा यदा भवेत् ।  
तदन्ते शान्तनामासौ शक्त्या शान्तः प्रकाशते ॥
- आमूलात्किरणाभासां सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरात्मिकाम् ।  
चिन्तयेत् तां दिष्टकान्ते शाम्यन्तीं भैरवोदयः ॥
- उदगच्छन्ति तदिदरूपां प्रतिचक्रं क्रमात्क्रमम् ।  
ऊर्ध्वमुष्टित्रय यावत् तावदन्ते महोदयाः ॥
- क्रमादद्वादशकं सम्यग् द्वादशाक्षरभेदितम् ।  
स्थूलसूक्ष्म परस्थित्या मुक्त्वाऽन्ततः शिवः ॥
- तयाऽऽपूर्याशु मूयन्तिं भुङ्क्ते वा भूक्षेपसेतुना ।  
निर्विकल्पमनः कृत्वा सर्वोर्ध्वे सर्वगोदगमः ॥ -सव्याख्या, वि० भ०-24-31





## शक्ति स्वरूप

नाम से ही स्पष्ट है कि यह तत्त्व शक्ति स्वरूप परमतत्त्व है और इसके मानने वाले भी शक्ति रहे हैं । शक्ति स्वरूप परम तत्त्व को मानने वालों का मत है कि यह पराशक्ति ईश्वर की अभिन्न शक्ति है इसके बिना ईश्वर की सत्ता का ज्ञान ही नहीं हो सकता जैसे "अग्नि की दाह शक्ति से भिन्न अग्नि की सत्ता एवं सूर्य से प्रकाश भिन्न करके उसकी सत्ता के विषय में वर्णन नहीं किया जा सकता वैसे ही यह शक्ति भी है" ।<sup>1</sup> जिसके विषय में कहा गया है कि यह "जो यह मातृका शक्ति है यह परात्मक तेज से युक्त है उसी से यह सुब्रह्म भुवन पर्यन्त जगत् व्याप्त है । यह इस जगत् में सदा व्याप्त है और देवताओं द्वारा पूजित है । जैसे अवर्ण में जैसे वर्ण स्थित है उसी प्रकार यह भी सर्वत्र व्याप्त है" ।<sup>2</sup> जिसका सुन्दर विवेचन श्री दुर्गा सप्तशती के चतुर्थ अध्याय में तथा एकादश अध्याय में अनेकत्र तथा अन्य कुछेक अध्यायों में भी सर्वतन्त्र स्वतन्त्र परा शक्ति स्वरूप स्तुतिपरक पाठ पढ़ने को मिलता है तुम खेणवी हो अनन्त वीर्या हो विश्व को जननी हो जगत् की आधार विश्वेश्वरी हो तुम्हीं मुक्ति की हेतु हो ।<sup>3</sup> परा हो तेरे से अतिरिक्त हम किस की पूजा करें ।

1. जलस्यैवोर्मयो वह्ने ज्वपला भद्र. गयःप्रभारवेः ।  
ममेव भैरवस्येता विश्वभद्र. गयो किर्गता ॥ - वि० मे० , श्लो० - 108
2. या सा मातृका देवि परः ते जसमन्विता ।  
तया व्याप्तामिदं विश्वं सुब्रह्म भुवनान्तकम् ॥  
तत्रस्था च सदा देवि व्यापिता च सुरार्चिता ।  
अपर्णस्थोयथा वर्णः स्थित सर्वगतः प्रिये ॥ - शिवसूत्र, पृ० - 90
3. देविप्रपनार्तिहरेप्रसीद. .... परापरोक्तिः ॥  
- श्री दु० श० अ० - ॥, श्लोक - 3 - 6 ।



जब से मानव का जन्म हुआ है तभी से वह द्वन्द्व में फंसा हुआ है और ब्रह्मा से लेकर सभी जितने भी अज्ञेय प्राणी हैं दुःख से निकलने के लिए एक अनुसन्धान करते आ रहे हैं । हमारे इस जगत-बीछे जो परमार्थ सत्य है, उसी का अन्वेषण किया और इसी प्रकार विज्ञान भैरव कार का भी है । जिसने आठों को छोड़ कर भैरव को माना है ।"

विज्ञान भैरव का परम तत्त्व निर्विकार निरालय निराश्रय नित्य, विभु, व्यापक एवं अखिल ब्रह्माण्ड पति निराधार, सर्वकर्ता, सर्वज्ञ, सर्वगोचरी, परम शून्य स्वरूप भैरव है । यही विज्ञान भैरव का परमतत्त्व है और योग साधना का परम लक्ष्य भी है । जिसका ज्ञान जिसका स्वरूप क्रमशः आणवोपाय उच्चार, करण ध्यान मुद्रादि से, पराशक्ति से जिसे शाक्तोपाय से भी कहते हैं । सर्वत्र शिवमय भाव का अपने अन्तःकरण में धारणा से अर्थात् शाम्भोपाय से एवं गुरुपदेश से शीघ्र शक्तिपात होने अर्थात् अनुपाय योग से परमतत्त्व का बोध होता है ।

विज्ञान भैरवकार ने "सर्विकल्प यज्ञ पूजादि"<sup>2</sup> को इस परम तत्त्व की प्राप्ति के लिए अयोग्य बतलाते हुये कहा है कि ये सभी कर्म इस परमतत्त्व की प्राप्ति के लिए अक्षम है, केवलमात्र स्वर्गादि एवं स्वर्णाओं की प्राप्ति भूत साधन है । "उस की प्राप्ति के लिए किसी भी तीर्थ यात्रा की आवश्यकता नहीं है और न ही लौकिक हवन एवं तर्पण की ही आवश्यकता है । इन सबकी प्राप्ति के लिए मन को सुखा एवं चेतना को सागरी बनाकर जो परमशून्य रूपी अग्नि में स्वयं को

1. नित्यविभुर्निराधारो व्यापश्चारिणोऽधिपः ।  
शब्दान् प्रतिक्षणं ध्यायन् कृतार्थोऽनुरूपतः ॥ - वि० १०, श्लोक-129
2. एवं विधे परतत्त्वे कः पूजा कश्चतुर्प्यति ॥ - वही- , श्लोक -16



आहुत करता है <sup>1</sup> वही वास्तावक हवन है जिसका निरूपण करते हुये शिव  
सूत्रों में कहा है कि वही "शरीर हवन है" <sup>2</sup> जिस अलौकिकाग्नि में परम  
तत्त्व की प्राप्ति के लिए योगी को आहुत करना चाहिये । "ज्ञान रूपी  
अन्नभक्षण करना चाहिये " <sup>3</sup> इन सबके सब उपायों का अर्थ होता है इस  
"इन्द्रजायमय नारी से विमुक्ति जिससे ज्ञाता ज्ञान का आश्रय प्राप्त कर  
ज्ञेय को जानकर मुक्त होकर अद्वय को हो जाता है । <sup>4</sup> जिसका अन्तःकरण  
विकल्प से रहित है वही भैरवि भैरव को प्राप्त करता है <sup>5</sup> जबकि ज्ञान  
भी ज्ञान और आत्मा का सम्बन्ध प्रकाश एवं प्रकाशक का है आत्मा के बिना  
ज्ञान नहीं रहेगा और ज्ञान से ही आत्मा प्रकाशित होता है" <sup>6</sup> इनका  
सम्बन्ध जल से उर्मियों, अहिका से अग्नि का एवं जैसे सूर्य एवं किरणों  
का सम्बन्ध रहता है इसी प्रकार अन्योन्याश्रय भाव ज्ञान एवं आत्मा का  
बतलाया गया है । <sup>7</sup>

1. महाशून्यलोपे वहनो भूतार्क्षिर्व्यादिकम् ।
2. हूयते मनसा सार्धं स होमश्चेतना सचा ॥ वि० १०, श्लोक - 146
3. शरीरं हविः ॥ - शि० सू० पा० - 2, सू० - 8
4. ज्ञानमन्नम् ॥ - वही - , सू० - 9
5. अतत्त्वमिन्द्रजालाभिर्मदं सर्वमवस्थितम् ।  
किं तत्त्वमिन्द्रजालस्य अति दादर्या च्छमं प्रजेत् ॥ - वि० १०, श्लोक - 130
6. नित्यं स्वानुभवाभिरन्दः विकल्पोऽनुक्तगोचरः ।  
याऽवस्थाभिस्तिाकारा भैरवि भैरवमात्मनः ॥ - वही - , श्लोक - 15
7. ज्ञानं प्रकाशकं सर्व सर्वजात्माप्रकाशकः ।  
एकमेकस्वभावत्वाज्ज्ञानं ज्ञेयं विभाव्यते ॥ - वही - , श्लोक - 134
- जलस्यैवोर्मयो वहने ज्वालाभिः गयः प्रभा रवेः ।  
समैव भैरवस्येता विश्वम् ॥ गयो विभोदताः ॥ - वही - , श्लोक - 108





परन्तु विज्ञान भैरव ज्ञान को भी पराकृष्ट नहीं मानते हुये कहते हैं कि यह भी केवल बाह्य लोक को ही प्रकाशित करता है जबकि ज्ञेय इसकी पकड़ में नहीं आता । ज्ञेय के स्वरूप को केवल कल्पना के माध्यम से वर्णन करता है जबकि ज्ञेय निर्वाच्य एवं निराश्रय है और केवल धारणादि योगोपाय से ही वेद्य है । इस तरह सभी तरह के लौकिक कर्मकाण्ड प्रतिपादित विषयों से दूर हटकर ही उस परमतत्त्व को प्राप्त किया जा सकता है । जो विष्णु नित्य - निराश्रय सर्वकल्पातीति परमशून्य आदि सब कुछ है । वही विज्ञान भैरव का ग्रन्थ परमतत्त्व परम शिष्य भैरव है । जिसकी प्राप्ति के लिए सुदृढ़ मानसिक बल की परमावश्यकता है जिसका उल्लेख प्रथम धारणा से लेकर ग्रन्थ कल्पाति ने ग्रन्थ समाप्ति पर्यन्त विस्तृत रूप से वर्णन भी किया है । उसी को जानकर साधक जीवन्मुक्त होते हैं । बिना मानसिक बल के इस ज्ञेय को जानना कठिन ही नहीं आनन्द असम्भव है । विज्ञान भैरव का मत है कि किसी भी उपाय मार्ग से कोई परम तत्त्व को जानने के लिए प्रयास क्यों न करे प्रत्येक पथ पर चलने के लिए दृढ़ मनोबल की आवश्यकता है , जिसके बिना परमतत्त्व का निरूपण कठिन है जिसके लिए धारणा एक से लेकर धारणा समाप्ति पर्यन्त अनेक युक्तियां दशाति हुये परमतत्त्व का अन्ततः निरूपण भी किया गया है ।<sup>2</sup>

1.

निस्तरङ्ग. गोपदेशानां शैलमुक्तं समासतः ।

छादशास्त्रार्थिकं देवि यज्ज्ञात्वा ज्ञानविज्जनः ॥”

अत्र चैकतमे युक्तो जायते भैरवः स्वयम् ।

वाचा करोति कर्मणि शपानुगृहकारकः ॥”

अजरामरतामोति सोऽणिमादि गुणैर्युतः ।

योगिनीनां प्रियो देवि सर्वमे लाका धियः ॥”

जीवन्नापि तव मुक्तोऽसौ कुर्वन्नापि न लिप्यते ॥-वि० १०, श्लो० पूर्वार्द्ध





जीव

काश्मीर शैव दर्शन विशुद्ध अध्ययनय दर्शन है जो जीव में भी भगवान की परमसत्ता को ही देखता है । ऐसा इसलिए कि काश्मीर शैव दर्शन भगवान के दो स्वरूपों को दर्शाता है जो इस प्रकार से है एक विश्वोत्तीर्ण द्वितीय विश्वमय । विश्वोत्तीर्ण रूप में उसको चित्त सुखात्मक तो वो है ही जबकि अनन्त इच्छा अनन्त ज्ञान एवं अनन्त क्रिया शक्तियों से सम्पन्न होता है और ये पाँचों चित्त, आनन्द, इच्छा, ज्ञान एवं क्रिया शक्तियाँ उसकी अपनी हैं उससे भिन्न इनकी सत्ता नहीं है । इन्हीं इच्छा ज्ञान क्रियात्मक शक्तियों को परमाशिव संकुचित कर लेते हैं तो अनन्त के स्थान को सीमित स्थान को प्राप्त करते हुये सीमित इच्छा, सीमित ज्ञान एवं सीमित क्रिया शक्ति युक्त विश्वमय स्वरूप में प्रकटित होते हैं जिन्हें काश्मीर शैव दर्शन शास्त्रों में पशुः कहा गया है इसी पशु को वह संतारी भी कहते हैं । जिसे प्रत्यभिज्ञा हृदय में क्षेमराज ने भी अपने शब्दों में स्पष्ट करते हुये इस प्रकार से कहा है कि जब प्रति मलावृष्ट होता है तो वह संतारी कहलाता है<sup>1</sup> । दूसरे शब्दों में क्षेमराज कहते हैं कि चित्त परमाशिव स्वरूप है जो कि स्वयं प्रकाश है पञ्चकृत्य कर्तृ है क्योंकि "यह चित्त सर्वतन्त्र स्वतन्त्र है" सर्वज्ञ है सर्वकर्तृ है और विशुद्ध है,<sup>2</sup> जबकि यह चित्त जब चेतन पद से अवरूढ नीचे पतित होती है तो चित्त कहलाती है ।<sup>3</sup>

1. चितवच्छक्तिसकोचमत् मताकृतः संतारी ॥ - प्र० भि०, सूत्र - 9

2. चित्तरक्तन्त्रा विश्व सिद्धिदतुः ॥ - वही - , सूत्र - 1

3. चित्त चेतनपदावरु चेत्यसंकोचिनी चित्तम् ॥ - वही - , सूत्र - 5



इसी प्रकार की व्यवस्था क्रमशः शिष्यसूत्रों में भी मिलती है जिसमें आत्मा को चेतन से ओत प्रोत माना गया है । जिसमें कहा गया है कि यह "आत्मा चित्त शक्ति से युक्त है वह चित्त शक्ति जो सर्वतन्त्र स्वातन्त्र्य से युक्त है -" । अनाश्रित है । जबकि पृथिवी सकल पर्यन्त सभी इसी पर आश्रित है । इसी व्याख्या में लिखा है कि यह चित्त शक्ति परमेश्वर से भिन्न नहीं है अर्थात् अभेदात्मक है । चैतन्यमात्मा ही सूत्र में यह स्पष्ट होता जाता है कि यह आत्मा चित्तः शक्ति से युक्त चित्त है, चित्त नहीं । क्योंकि इसके ज्ञान का क्षेत्र सामित है जैसा कि शिष्यसूत्र के द्वितीय सूत्र ही इस बात को भी स्पष्ट करता है । जैसा कि परमार्थः देखते हैं कि वह परमात्मा या आत्मा स्वरूप ईश्वर एक ही है केवल अनेक स्वरूपों में भेदवाद भाव से दृष्टिगोचर हो रहा है जबकि सन्तजन सिद्ध उसे सर्वत्र स्वरूप भेद से उपर उठकर आत्मा के साथ ही वातलाप करते हैं । उनकी दृष्टि में कलात्मक शरीर नाशवान् एवं आत्मा के ऊपर आवृत मल ४ मैल ४ को त्याग देते हैं ।

श्री क्षेमराज ने कहा है कि जो यह चैतन्यमात्मा कहा गया है यही आत्मा है , भगवान् भगवत् रूप विश्वात्मक जगत के अन्दर विशेष रूप से यह प्रकाशित हो रहा है । इसके अतिरिक्त कहीं भी कोई भी ऐसा अचेत्यमान नहीं है जो चैतित स्वभाव से युक्त हो चैत्यमान ही स्वप्रकाशविशेषिकशील होने से

1. चैतन्यमात्मा ॥-शिष्यसूत्र - । तथा क्षेमराज कृत विमर्शिनी द्रष्टव्या -शिष्यसूत्र - ।



चेतन्यमात्मा है, जिसके लिए श्रीमदुच्छुम्भैरव में कहा है कि "हे प्रिये ! जब तक आपने इसे नहीं जाना तब आप ने किसे एवं क्या जाना यही जानने योग्य है यह वेदक एवं वेद एक ही है इसी को तत्त्व से तुम जानो ।"

जैसा कि चेतन्य विश्व का स्थापक है तदनन्तर उसके साधन के लिए जितने भी प्रमाण दिये जायें वे लगभग अनुपयुक्त ही माने जायेंगे ।"

यह "चिन्तित जब इच्छा ज्ञान क्रिया का सन्धानकर्त्ता है तभी शरीर स्वरूप अर्थात् शरीरों को उत्पन्न करती है" <sup>1</sup> जिसे दूसरे शब्दों में संसारी कहा है और यही शिव या चिति शक्ति जब शुद्ध तत्त्व का अनुसन्धान करती है तो वह अमृत अर्थात् शिव कहलाती है । <sup>2</sup> यह पशु त्रिविध मल से युक्त होता है । जो क्रमशः आण्ण्य मायीय एवं कर्म मल से लिप्त होने से कहा गया है । जब इन्हीं मलों के कारण स्वरूप वह संसार के आवागमन के चक्र खींचा रहता है जिसके विषय में श्रीमालिनी विजय में कहा गया है कि इच्छा ज्ञान क्रिया शक्तियों से युक्त होकर जब शिव लीला विलास करते हैं तो वे नट की तरह अपने शुद्ध स्वरूप को भूल जाते हैं और संसारी बन जाते हैं जिसे अनेक धर्मात्मक भी कहा जाता है और इसी को ध्यान में रखते हुये क्षेमराज ने श्रीमालिनी विजय से कहा है कि संसारी होने के कारण मल को न छोड़ पाना है अर्थात् मल की ही इच्छा रखना है । <sup>3</sup>

1. शक्तिः सन्धर्मेन शरीरोत्पत्तिः । - शि०सू० - 19
2. शुद्धतत्त्व संधानाद्वाप्यशक्तिः ॥ - शि०सू० - 16
3. मलमज्ञानमिच्छन्ति संसाराइः कुरकारणम् ॥ - शि०सू० - 22





इसी मन के कारण स्वरूप जीव अज्ञानात्मक होकर जगत् में बंधा रहता है।  
 इनसे जो नाता तोड़ता है और गुरु दीक्षा या आणवोपाय शाक्तोपाय एवं  
 शास्त्रोपाय का जो आश्रय लेकर या अनुपाय का आश्रय लेकर मुक्त होने की  
 इच्छा करते हैं वही मुक्ति के भाजक हैं और जीव दशग को छोड़कर शिव में  
 समाहित हो जाते हैं।

भगवान श्री कृष्ण भी कहते हैं कि चित् आत्मा का ही अंश है अर्थात्  
 "मेरा अंश है"।<sup>2</sup> यही चित्त विज्ञान भैरव के अनुसार चिन्मात्र सार या  
 "चिद्धर्म" कहलाता है।<sup>3</sup> और यह भगवान का लीला विलास रूप है इससे  
 भिन्न कुछ भी नहीं जिसका समान धर्मी ज्ञान एवं सुस्पष्ट पशु एवं पशुपति  
 दोनों संज्ञाओं का पारचय भी वेद विद्या करवाती है जिसमें कहा गया है  
 कि "भगवान को जब इच्छा हुई की मैं प्रजावान बनूं अर्थात् प्रजा की रचना  
 करूं तब उन्होंने इस सोमव्रत को धारण कर अपनी अम्बिकाओं अर्थात् इच्छा  
 ज्ञान क्रियात्मक शक्तियों से जुड़कर अर्थात् इनका सम्मोग कर रचना की जिसके  
 कारण वह पशु कहलाये।"<sup>4</sup> जिसे शास्त्र विश्वमय भी कहते हैं और "यही ईश्वर  
 जो कि अनन्त धर्मिक इच्छादि शक्तियों से युक्त है और पराक्रम, ज्ञान कर्तृत्व

1. इति अज्ञानादबध्यते लोकस्ततः सृष्टिश्च संहतिः ॥-श्वसू० वि०, सू०-2  
 पृ० - 16

2. भविष्यो जावलोके जोधूतः सनातनः ।  
 मनःबद्धो णोन्द्रियाणि प्रकृति स्थानि च कर्षति ॥-गीता - 15/7

3. चिद्धर्मि सर्वभूतेषु । विशेषो नास्ति कुत्रचित् ।  
 अतश्च तन्मयं सर्व भावयन् भवार्जजनः ॥- वि० भे०, श्लोक - 18

4. उं वयं सोमव्रत तव मनस्तनूषु वि० भूतः । प्रजावन्तः सचमहि ॥  
 एतै रुद्रभागः सहस्वस्ताम्बिकायातज्जुस्वस्वाहेते रुद्रभागः आहुस्ते  
 पशुः ॥ - रुद्रष्टाध्यायी, अ० बृ०, श्लो० - 1-2





में भी सभी से श्रेष्ठ है उन्हें उसी वेद विद्या में पशुपति<sup>1</sup> अर्थात् विश्वोत्तीर्ण  
कहे कर स्तुति की गई है इस प्रकार से जो अद्वयनय की जीव एवं ईश्वर की  
अभेदात्मक व्याख्या एवं स्वरूप काश्मीर शैव दर्शन शास्त्रों से उपलब्ध होता है  
वह वास्तव में गुह्य है ।

जिस परमेश्वर के दो स्वरूपों का पहले उल्लेख किया उनके विषय में  
जिन जिन धर्मविलम्बियों के मत हैं उन्हें स्पष्ट करते हुये क्षेमराज कहते हैं कि  
"भगवान के विश्वोत्तीर्ण है ऐसा तान्त्रिकों का मत है कुलाधाम्नाय के मत  
में वे विश्वमय है तथा त्रिकदर्शन इन दोनों स्वरूपों को ग्रहण करता है । इस  
प्रकार क्षेमराज अपनी टिप्पणी में कहते हैं कि एक ही चिदात्मक भगवान के  
स्वातन्त्र्य से ये सभी भूमिकायें अवभासित हैं । इनमें पारस्परिक भेद, स्वातन्त्र्य  
शक्ति के प्रच्छादन और उन्मीलन के तारतम्य द्वारा छिपित होता है, अतः इन  
सभी भूमिकाओं में व्याप्त एक ही आत्मा है । परिमित दृष्टि वाले लोग  
अंश और अंशरूप आत्मा की उन-उन भूमिकाओं में, आत्मा की इच्छा से  
अभिप्रेति रखते हैं । जिससे देहादि भूमियों में पूर्व - पूर्व प्रमाताओं की व्याप्ति  
सारता के प्रसृत होने पर भी परशीक्तिपात के बिना उक्त महाव्याप्ति को  
उपलब्ध नहीं कर पाते ।"<sup>2</sup>

1. 

ॐ उग्रं ललोहितेन मिश्र सौव्रत्येनरुद्रन्दोर्व्रत्येनेन्द्रम्प्रक्रीडेनमरुतो  
बलेन साद्वयान्प्रमुदा ॥ भवस्य कण्ठयहवरुद्रस्यान्तः पार्श्व्यम्महादेव  
स्ययकृच्छर्षस्यवर्षानष्ठुः पशुपतेः पुरीतत् ॥-रु0अ0अ0-7, मं0 - 3
2. 

विश्वोत्तीर्णम् - इति तान्त्रिकाः । विश्वमयम् - इति कुलाधाम्नायः ।  
विश्वोत्तीर्णम् विश्वमयज्य इति त्रिकदर्शनविदः ॥ एवं एकस्यैव चिदात्मनो  
भगवतः .....महाव्याप्ति परशीक्तिपातं न लभन्ते ॥  
-प्रत्य0भि0 पृ0 - 23/24



संसार के विषय को स्पष्ट करते हुये लिखी हैं कि चिद्विभु शक्ति संकोच के कारण मलों से आवृत होकर संसारी बन जाता है ।<sup>1</sup> जब चिदात्मा परमेश्वर, अपने स्वातन्त्र्य से अमेद व्यापित को सङ्कुचित करके भेद व्यापित का आवलम्बन ग्रहण करते हैं तब उनकी इच्छादिक शक्तियां असंकुचित होने पर भी सुकुचित प्रतीत होती है तभी ये मलों से आवृत होकर संसारी हो जाता है और अप्रतिहत स्वातन्त्र्य रूप इच्छा शक्ति, संकुचित होकर अपूर्णमन्यतात्मक आणवमल के नाम से कही जाती है । जब ज्ञान शक्ति क्रमशः संकुचित भेद दशा में सर्वज्ञता से अल्प शक्त को प्राप्त करती है और अन्तःकरण तथा ज्ञानेन्द्रियता की प्राप्तिपूर्वक अत्यन्त संकोच को ग्रहण करती है तब उसको देह आदि भिन्न-भिन्न वेदों का विकास रूप मायाय मल है" ।<sup>2</sup>

इसी प्रकार भेद दशा में क्रमशः जब "क्रिया शक्ति" की सर्वकर्तृता शक्ति अल्पकर्तृता को प्राप्त होती है तथा कर्मेन्द्रिय संकोच को ग्रहण करके अत्यन्त परिमित हो जाती है तब उसे ही अशुभ कर्ममय कर्ममल कहा जाता है और सर्वकर्तृत्व, सर्वज्ञत्व, पूर्णत्व, नित्यत्व और व्यापकत्व शक्तियां जब सङ्कुचित होकर क्रमशः कला, विद्या, राग, काल, और नियति रूप से भांति होती है, तब इस प्रकार आत्मा शक्तियों से दूर होकर संसारी कहा जाता है ।<sup>3</sup>

1. चिद्विभुशक्तिसंकोचात् मलाकृतः संसारिः ॥ - प्र० भि० हृदयम् - 9
2. यद्य चिदात्मा परमेश्वरः स्वातन्त्र्यात् अमेदव्यापितं निजज्ज्य भेदव्यापितम् अवलम्बते तदा तदीया इच्छादिशक्तयः " ..... मायीय मलय ॥
3. क्रियाशक्ति क्रमेण ..... संसारी उच्यते , प्र० भि० हृदयम् , पृ० - 25-26  
स्वशक्ति विकासे तु शिव एव ॥ -



अपनी शक्ति की विकास दशा में तो वह शिव है परन्तु इसमें भी पशु ईश्वर के सदृश परन्तु सीमित पञ्चकृत्य करने में सामर्थ्य रखता है ।<sup>1</sup> जो इस प्रकार से है - "सृष्टि, स्थिति, संहार विलय एवं अनुग्रह"<sup>2</sup> केवल यही प्रकार "पञ्चविध कृत्य के सम्बन्ध में नहीं है, इसकी अन्य गोपनीय विधि इस प्रकार है जिसे देमराज निर्देश करो हुये कहते हैं -

आभासन, राक्त, विमर्शन, बीजावस्थापन और विलापन भेद से वे पांच हैं और यही उसकी पञ्चविध कृत्य कार्यता है जिसका अर्थ इस प्रकार से है - जिसे देमराज ने महार्थ मज्जरी से उल्लिखित कर बताया है कि महार्थ मज्जरी की दृष्टि से ह्क् आदि देवियों के विकास क्रम से जो जो आभासित होता है उसी की रचना की जाती है । रचित पदार्थ की जब स्थिर रूप से कुछ काल तक अनुरक्ति होती है तो स्थिति देवी के द्वारा उसकी स्थापना की जाती है । चमत्कार ही जिसका पर्याय है ऐसे विमर्शन के समय उसका संहार किया जाता है । उपसंहृत होता हुआ यह पदार्थ, जब हृदय में विचित्र आशङ्क आदि संस्कारमयता को धारण करता है तब उदय होने वाले संसार के बीज भाव को प्राप्त होकर विलय पदवी को उपलब्ध करता है और जब वही संस्कार रूप से हृदय में स्थापित अथवा दूसरे रूप में अनुभूयमान अर्थ लोपाक क्रमात्मक अलंकार युक्त द्वारा चिदाग्नि भाव को प्राप्त होता है तभी पूर्णत्व को प्राप्त होने के कारण अनुग्रहीत कहा जाता है । इस प्रकार की पञ्चविध कृत्यकारिता सबके निरुद्ध रहती है<sup>3</sup> ।

1. तथैवापि तद्वत् पञ्चकृत्यानि करोति ॥ - 10
2. सृष्टिसंहारकर्तारं विलयस्थितिकारकम् । अनुग्रहकरं देवं प्रणतार्तिविनाशनम् ॥
3. आभासन, राक्त, विमर्शन, बीजावस्थापन, विलापनतस्तानि ॥





जगत्

जगत् विषयक काश्मीर शैव दर्शन का मत है कि यह वास्तव में भगवान् शिव की जो कि सृष्टि, स्थिति, संहार, विलय एवं अनुग्रह पञ्चकृत्यकारी है<sup>2</sup> उनकी अपनी रचना है। भगवान् परमेशिव की जब स्वेच्छा होती है और सुन्दर-सुन्दर कल्याणकारी वृत्तों को धारण करते हैं, तब वे अपनी परमशक्ति के साथ लीला विनास करते तो एक अति सुन्दर जगत् की रचना होती है। इसी के कारण स्वरूप उन्हें विश्वमय नाम से भी जाना जाता है, क्योंकि भगवान् के घुं तो बहुत से रूप हैं, परन्तु वास्तविक रूप से दो ही है एक विश्वोत्तीर्ण द्वितीय विश्वमय।

विनाशकारी जगत् स्वरूप है। जिसके अनुमोदनार्थ यजुर्वेद के रुद्रष्टाध्यायी के षष्ठे अध्याय में से स्पष्ट होता है कि जब "भगवान् महादेव ॥ परमेशिव ॥ को उच्छा हूँ कि मैं प्रजावान् होऊँ, तब उन्होंने सोमवृत्त ॥ कल्याणकारी वृत्त ॥ को धारण कर अपनी अम्बिका के मिल कर विश्व की रचना की अर्थात् प्रजा की रचना की। इसी रुद्र भाग रूपी प्रजा को पशु कहा जाता है और भगवान् को अतिकृष्ट रूप से पात जिसे हर प्रकार से श्रेष्ठता प्राप्त है उसी को महादेव इत्यादि के रूप में इसी रुद्रष्टाध्यायी के सातवें अध्याय के मंत्र -2-3 स्वरूप स्पष्ट करते हैं, जिसमें

1. सृष्टिसंहारकत्तरिं विलय स्थिति कारकम् अनुग्रहकरं देवं प्रणतित विनाशनम् ॥
  2. -स्वच्छन्द पठो -1, श्लो० - 3
  3. नमः शिवाय सततं पञ्चकृत्य विधायाणि चिदानन्दघनस्वात्मपरमार्थविभासिने - प्रत्यो हृदो, श्लो० - 1
- ऊं तय ह्रीं सोमवृत्ते तव मनसोऽङ्गी वीर्यं ह्रीं प्रजावन्तः सतेमति ॥ १ ॥  
 रक्षते रुद्रभागः सत्स्वस्ताम्बिकया तज्जुष्टस्व स्वाह्वी रुद्रभाग  
 जातुस्ते पशुः ॥ २ ॥ अवरुद्रमदीमहयवदेन्द्रयम्बकम् । यथानो त्वस्य  
 सत्स्वकरदधानः श्रेयसत्स्वकरदधानोऽवयवासाययात् ॥ ३ ॥
- रुद्रष्टाध्यायी ३.१.६





भगवान के बल पराक्रम क्रीड़ा एवं अनेक प्रकार के रूपों को वे कैसे धारण करते हैं  
बताया गया है और अन्त में उन्हें पति अर्थात् महादेव एवं पशुपति कहा गया है ।

अतः इस प्रकार से जो परमाशिव ने जगत् की रचना की वे वास्तविक यथार्थ है  
क्योंकि भगवान को यदि सत्य माना जायेगा तब उसकी रचना अर्थात् जगत् को  
सत्य मानने में कदापि आपत्ति दिखाने नहीं देती है । इसलिए यह जगत् भगवान  
की लीला विलास अर्थात् क्रीड़ा रूप है और विश्वमय स्वरूप है जिसको इसी  
रुद्राध्यायी में आगे आठवें अध्याय में बहुत ही सरल एवं स्पष्ट रूप से भगवान ने  
कहा है कि जो भी जड़ चेतनमय इस जगत् में दिखाई दे रही है या अदृश्य है वे  
सब मेरा ही रूप हैं सत्य, श्रद्धा, जगत्, धन, विश्व, महान् इत्यादि सब में  
मैं ही हूँ ।

इसी तरह हम देखते हैं कि भगवान सर्वस्वतन्त्र स्वभाव से परिपूर्ण है और  
हर प्रकार की रचना करने की अपने में सामर्थ्य रखते हैं जिसको आगे चलकर काश्मीर  
वैद्य मतानुयायियों ने आश्रय लेकर अपने शास्त्रों की रचना की वे शास्त्र लगभग सभी  
जगत् विषयिक एक जैसा मत रखते हैं । सोमानन्द ने शिव के इसी रूप को दर्शाते हुये  
कहा है कि वही एक सत्य है जो विश्वगत अनन्त वैचित्र्य रूप में स्फुरत हो रहा है ।<sup>2</sup>

1.   
ॐ अग्नि ६० हृदयेनाग्निं ६० हृदयाग्नेणपशु पतिइ. कृत्स्न हृदये न भव्ययक्ता ।  
शब्दममतस्नात्वाभ्यामीशानम्मन्नुत्तमहादेवमन्तः पश्विनोग्गदेववनिष्ठतुना  
ववसिष्ठोहनुः शिष्ट. गीर्निकोश्याब्ध्याम् ॥ २ ॥ उगुल्लोहितेन मित्र १०  
सौष्ठवत्येन रुद्रद्वंद्वीत्येनेन्द्रमृकक्रीडेनमरुतो बलेनसद्वियान्प्रमुध ॥ भवस्य  
कण्ठय १० रुद्रस्यान्त १० पार्श्व्यम्हारेवस्ययचकृच्छर्वस्य०वनिष्ठः  
पशुपतेः १० पुरीतत् ॥ ३ ॥ रुद्राध्यायी ३० - ७  
हरिः ॐ ववाजश्च । मे प्रसवश्च मे इत्यादि प्रथम मन्त्र से लेकर अध्याय पन्ति  
अर्थात् । से २९ मन्त्र पर्यन्त स्पष्ट है ।  
आत्मैव सर्वभावेष्टुस्फुरन्निवृत्तचिदिभूः । रुद्राध्यायी ३० अष्टम ॥  
अनिरुद्धेच्छाप्रसरः प्रसरद्वद्वकृत्क्रियाः ॥ - शिव दृष्टि ०३१०-१, श्लो ० - २



जिनमें कहा गया है कि भगवान अपने पांच मुखों से इस जगत् की रचना करते हैं

जिनके क्रमानुसार निम्न इस प्रकार से हैं - ईशान से ईश्वर का मस्तक, तत्पुत्र

से मुख, अघोर० से हृदय, वाम० से गुह्य एवं सद्यो० से पाद बना ।

इसी प्रकार से शिव को अनन्त शक्तियों है, किन्तु उनमें पांच

"प्रकाश, यथ चित्त शक्ति, स्वातन्त्र्य रूप आनन्दशक्ति, उपभोगात्मक चमत्कार  
रूप इच्छा शक्ति, आमशात्मिक वेध के प्रति उन्मुखता स्वरूप ॥ ज्ञान शक्ति और  
सर्व कार योगत्वं रूप क्रियाशक्ति " <sup>2</sup> मुख्य हैं ।

सोमानन्द लिखते हैं कि - "चिदानन्दधन <sup>3</sup> परम शिव विश्वक्रीडा के  
प्रारम्भ में, इच्छा, ज्ञान एवं क्रिया इन तीनों शक्तियों द्वारा शिव तत्त्व से  
लेकर पृथिवीपर्यन्त समस्त सृष्टि चक्र की रचना करते हैं । सार्वभौम नृप की लीला  
वश पदार्ति सम्बन्धी चेष्टाओं के समान वे प्रभु आनन्द से उच्छलित नाना प्रकार

1. 

ॐ ईशानः सर्वविधानामीश्वरः सर्वभूतानाम् । ब्रह्माधिपतिर्ब्रह्मणोधिपति  
ब्रह्मा शिवो मेऽस्ति शिवोम् । 9 । ॐ तत्पुरुषाभ्यावद्महे महादेवाय  
धीमहि तन्नोरुद्रः प्रयोदयात् ॥ 8 ॥ अघोरेभ्योऽघोरेभ्योऽघोर घोरतरेभ्यः  
सर्वेभ्यः सर्वशैवेभ्यो नमस्तेऽस्तु रुद्ररूपेभ्यः ॥ 7 ॥ वामदेवाय नमोऽष्टेष्टाय  
नमः श्रेष्ठाय नमो रुद्राय नमः कालाय नमः कलविकर्णाय नमो बलविकर्णाय नमो  
बलाय नमो बलप्रमथनाय नमः ॥ 6 ॥ ॐ सद्योजातं प्रपद्याग्निं सद्यो  
जाताय वै नमो नमः । भवे भवे नाति भवे भवस्त्वभ्यामिवोद्भवाय नमः ॥ 5 ॥
2. 

- रुद्रष्टाध्यायी, स्वास्ति प्राचीना मन्त्रः, पृ० - 121-122
3. 

- रुद्रष्टाध्यायी, स्वास्ति प्राचीना मन्त्रः, पृ० - 121-122





के भूत भेदों में व्यापक होकर फोड़ा करते हैं। अपने शिष्टत्व को भुले हुये से वे पशु प्रमाताओं और नील सुखादि प्रमेयों का भेद अङ्गिकार करते हैं। इस प्रकार भेद से आभ्यन्त रूप से अभिमान शिष्ट रूप सत्यता का बोध परमार्थतः कभी भी नहीं होता। व्यवहार दशा में स्वरूप की अवस्थिति तथा सुख दुःखादि अनेक संवेदनों से समाकुल, समस्त संकुचित विलसित पशु २ जीव ३ को स्वरूपाभिज्ञान की आवश्यकता होती है, जिसके सबना वह अपने पूर्व स्वातन्त्र्य या आनन्द से रहित होकर कृष्ण बना रहता है। उस कार्यण्य को दूर करना ही का० शैव दर्शन का प्रयोजन रहा है तथा भगवान् भैरव का भी प्रयोजन रहा है। जिसमें कहा गया है कि यह सारा जगत् शिवमय ही है यहां यहां भी आपकी दृष्टि पड़ रही है उसे दृढ़तापूर्वक भैरव मय स्वीकार करो जिससे सतत भगवान् का परम भक्त शिवमय ही हो जाता है अर्थात् शिव स्वरूप हो जाता है।<sup>2</sup> अतः इस प्रकार से पता चलता है कि जगत् शिव का विशयमाय रूप है और विश्वोत्तीर्ण निष्कल रूप है। इस जगत् के साथ भगवान् परम शिव का स्वर्ण एवं स्वर्णीनर्मित कुण्डल जैसा सम्बन्ध है। जिसके विशय में शिव दृष्ट एवं स्तवचिन्तमणि में भी स्पष्ट किया गया है कि विश्वोत्तीर्ण विश्वमय<sup>3</sup>, चिदानन्दधान परमाशिव इस दर्शन शास्त्र के परमप्रतिपाद्य तत्त्व है। चिति, आत्मा, शिव, महेश्वर ये एक ही तत्त्व के नाम हैं। समस्त पदार्थों में विद्यमान आत्मा ही शिव है परमार्थतः बाह्य जगत् में ग्राह्य एवं ग्राहकादि भेद नहीं है विश्वगत अनन्त वैचित्र्य के रूप में वही एक शिष्टत्व स्फुरित हो रहा है।

1. किन्तु मोहवशादस्मिन् दृष्टेऽप्यनुपलक्षिते ।
  2. शक्त्या विष्करणेनैवं प्रत्यविज्ञोपदर्शते ॥-ई० प्र० कारि० 1-3
  3. सर्वत्र भैरवो भावः सामान्योऽपि दृष्टिगोचरेः न च तद्व्यतिरेकेण परोऽस्तीत्यद्वय गतिः ॥ - वि० प्र० श्लो०-121, धारणा-18
- निरुपादान संसारभूतावेव तन्वते । जगच्चित्तनगस्तमेकवास्ताध्यायपूर्णतने ॥  
स्तवचिन्तामणौ ॥ इह हि सर्वत्र अप्रतिहतशक्तिः परमेश्वर एव तथा ब्रह्माः  
तथा भवति, न तु अन्यः कश्चित् परमार्थः अस्तीति ॥-प्र० वि० 1/1/7



इस जगत् का विधान शैव में मार्मिक चित्र रेखाओं को सींच कर चित्रित किया है जिसका तुलना इन्द्रजाश के स्मान जादूगर की बनाई गई नगरी एवं उसमें घैसे हुए जादूगरों से अस्तित्व हीन मायागण बाग-बगीचे, खिलौने जो कि अनजान दर्शकों का मन मोह लेते हैं ऐसे ही यह जगत् है और साधक के लिए उपदेश किया है कि उससे उत्तीर्ण होने के लिए इनसे लिप्त न हो इन्हें मिथ्या समझता हुआ अपने मनोबल को सद्बुद्ध बना ले । इसे जीत का परम शिवानन्द को प्राप्त होता है ।

दूसरे पक्ष का निरूपण करते हुये कहते हैं कि यह जगत् इन्द्रजाल की नगरी भी है परन्तु वास्तविक रूप से यह भी सनातन ब्रह्म का ही एक रूप है और इसमें भी शिव ही सर्वत्र व्याप्त है क्योंकि वही नित्य एवं व्यापक है तथा अखिलाधिपति है जब वह परमेश्वर अखिलाधिपति है तो यह जगत् उनसे परे नहीं हो सकता है अतः इसे शिव स्वरूप समझता हुआ निष्काम भाव से विचरना करे और अपने मन को हृदय एवं विश्वसनीय बनाता हुआ विश्वोत्तीर्ण करने का हर सम्भव प्रयास करे जिसके लिए साधक के लिए प्रस्तुत ग्रन्थ में 112 धारणाओं को कूट-कूट कर भरा है ।

तीसरे पक्ष को रूपान्तरित करते हुये बताया गया है कि यह नगरी मायामयी विमोहिनी सबको अहिंस्ता-आहिंस्ता अपने प्रति आकर्षित करती है इसका निमणि माया की कलाओं से हुआ है जबकि माया भी परमेश्वर की ही स्रष्टा शक्ति ज्ञान एवं क्रियात्मक शक्ति है जिससे ईश्वर जगत् की रचना करते हैं । अतः मायामयी नगर होने पर भी इसे माया का रूप न मानकर, शिव का रूप





जानकर साधना के मनोबल उठा करते हुये भैरव स्वरूप होने का हर सम्भव प्रयास करना ही जगत् विजयी होना कहा है । बातें तो दो ही हो सकती हैं -

1. जो भी मनुष्य जन्म ग्रहण करता है, वह अपने कार्मिक के दोषों से ग्रहण करता है और जो भी मरता है वह भी उन्हीं दोषों के फलस्वरूप मृत्यु का शास बनता है। यह कार्मिक नियन्त्रण न छोड़ सका माना गया है तभी तो इस ग्रन्थ में सकल को गौण एवं निम्नकम को उत्तम बताया है, सर्विकल्प को छोड़कर निर्विकल्प की आराधना करते हुये विश्वोत्तोलन करना चाहिये । क्योंकि सर्वत्र निर्विकल्प स्थित है । इस जगत् में जो व नीर जगत् भी दो ही योद्धा हैं एक जन्म से पूर्व ही स्थित है जो जीव को तनय होने के लिए मुख खोलकर बैठा हुआ है और दूसरा जीव अभी जन्म लेकर इस पर विजयाभिलाषा बनना चाहता है । जो मनुष्य साधना के पलायित प्राङ्गण हो जाते हैं वह विश्व विजयी कहलाते हैं उन्हें विश्व विजयी कहलाते हैं उन्हें विश्व मार नहीं सकता वह अमर हो जाते हैं और जो माया नगरी की चपेट में आ जाते हैं, उन्हीं को जगत् जीत लेता है और मार कर उनके चिह्न भागमटा देता है, यही विज्ञान भैरव का जगत् है । जो वास्तव में नाशवान् तत्त्वों से निर्मित वस्तुतः सारहीन एवं नाशवान ही है । इससे कभी भी लिप्त नहीं होना चाहिये । सर्वत्रनिराकार का ही निवास है ऐसा समझकर जानकर दृढ मनोबल वाला परमशान्ति को प्राप्त होता है ।

1. कहने न प्रयोगेण सध एव मुनेक्षणो । समुदीत महानन्दोयेन तत्त्वं प्रकाशते ॥  
 2. इन्द्रजालमयं विश्वं न्यस्तं वा चित्रकर्मवत् । भ्रमदाध्यायतः सर्वं पश्यतश्च्युत -  
 3. खोदगमः ॥ - वि० भै० - 65, 100  
 4. माया विजयीहिनी नाम कलायाः कलनं स्थितम् । उत्थादिधर्म तत्त्वानां  
 5. कलयन्न न पृथग् भवेत् ॥ - वि० भै० - 93  
 6. मलमज्ञानमिच्छति संसाराद् कुरकारणम् ॥ मार्तिली विजय ॥  
 7. अज्ञानद्वन्द्वयते लोकस्ततः सृष्टिश्च संहृतिः ॥ मार्तिली  
 8. नित्यो विभूर्निराधारो व्यापकाश्चार्ति  
 9. सर्वव्यापकः ॥ १२९५ अतत्त्वमिन्द्रजालमिन्द्र  
 10. तद्विधिः । शब्दानुप्रासः । ध्यायन् कृतमोक्षानुप्रासः ॥ १२९५ अतत्त्वमिन्द्रजालमिन्द्र  
 11. सर्वव्यापकः । तत्त्वमिन्द्रजालमिन्द्र



बन्ध ॥ पाश ॥

शिव दर्शन पात यशु एवं पाश तीनों को प्रकाशित करता है जिसमें पति एवं पाश तो निरूपण ही हुआ अब क्रमशः पाश के संदर्भ में कहते हैं । पाश चार प्रकार के हैं - मल , कर्म , माया , रोध शक्ति ॥

मल - जो वाग्वरण अर्थात् अच्छी तरह ॥ प्र ॥ आत्मा की स्वाभाविक वृक्षज्ञान ॥ और क्रिया शक्तियों को आवृत करे ॥ आच्छादित करे उसे प्रवृत्ति या अपावत्र मल कहते हैं ।

साधा ही साधे जो स्वतन्त्रता पूर्वक शासन करे वह ईश है अर्थात् शास्त्र मल ही प्रावृत्तीश है । कहा भा है जो एक होने पर भी अनेक शक्तियों से युक्त है तथा पुरुष के ज्ञान और क्रिया को ढकने वाला है वही मल है इसका ज्ञान तुल्यतुल्य के सम्बन्ध का तुलना से करे या आच्छादक और आच्छाद्य का सम्बन्ध या तात्पर्य - धातु में स्थित कालिका की तुलना से कर सकते हैं १

बल का अर्थ रोध शक्ति है । यह शिव शक्ति ॥ वस्तु की अपनी सममर्थ्य जैसे अग्नि में दहन शक्ति, जल में शैत्योत्पादनशक्ति आदि ॥ पाश में अधीष्ठत होकर पुरुष ॥ आत्मा ॥ के स्वरूप को छिपा देता है , इसलिए इसे औपचारिक

1. अथ पाशपदार्थः कथ्यते । पाशचतुर्विधः मलकर्ममायारोधशक्ति भेदान् ।

2. - सोदोसं०, पृ० - 294  
अर्थार्थः प्रावृत्तीश प्रकटोपाच्छादयत्यात्मनः स्वाभाविकयो वृक्षक्रिये इति  
प्रावृत्तरक्षायिनीः । स च ईष्टेस्वातन्त्र्येण ईशः । तदुक्तम् -  
एकोदयनेकशक्तिर्वृक्षक्रिययोऽप्यादको मलः पुंसः ।  
तुल्यतुल्यज्ज्ञेयस्तात्पर्यतकालिकाध्या ॥ - इति । - वही - , पृ० - 295



अलंकारक ॥ विनाश से बाध मानते हैं । कहा गया है - इनमें में सर्वश्रेष्ठ शक्ति  
हैं और सबों पर दया करने वाली शिवा ॥ कल्याणमयी ॥ हूँ । धर्म के अनुसार  
यलने के कारण उसे बाध करते हैं - १ ॥ ज्ञान और क्रिया की शक्तियों को दक देने  
॥ रोक देने ॥ का सामर्थ्य ही रोध शक्ति है जो मल में स्थित है ।

कर्म - " फल के लक्ष्य के लिये जो कुछ करें उसे कर्म कहते हैं जिसमें धर्म और अधर्म  
दोनों ही आते हैं । बाज और अंकुर के रूप में यह अनारिद काल से चला आ रहा  
है । श्रीमत् किरण में कहा गया है कि जिस प्रकार मल अनारिद है उसी प्रकार जीव  
के जो छोड़े से कर्म हैं वे भी अनारिद हैं । यदि कर्मों को अनारिद सिद्ध नहीं करेंगे  
तो कर्मों की विविधता कैसे सिद्ध कर सकेंगे " २

" प्रलयाकाल में शक्ति के रूप में जिसमें सकल विश्व परिमित रहता है  
तथा सृष्टिकाल में अभिव्यक्ति प्राप्त करता है वही माया है जैसे श्रीमत् सौरभ्य में  
कहा गया है कि महाद्वय होने पर शक्ति के रूप में सारे कार्य उसी में विलीन हो  
जाते हैं और विवृति दशा में ॥ सृष्टि में ॥ कालादि कार्य के द्वारा पुनः अभिव्यक्त  
हो जाते हैं उसे ही माया बन्ध कहते हैं । " ३

१. अलरोधशक्तिः । अस्याः शिवशक्तेः पाशार्थिष्ठानेन पुरुषार्थरोधाय  
कत्वाद्युपचारेण पाशत्वम् । तदुक्तम् -  
तत्सामहं वरा शक्तिः सर्वानुग्रहकारिका शिवा धर्मनिर्वर्तनादेव पाश इत्युपचयति ।  
- अति २००, २९० - २९४
२. क्रियते फलार्थिभिरिति कर्म धर्मार्थिभिरिति कर्म धर्मार्थिभिरिति कर्म धर्मार्थिभिरिति कर्म  
यथोक्तम् श्रीमत्किरणे -  
यथानादर्मलस्तस्यकमल्यिकमनार्थिकम् । - वही- , पृ० -  
यद्गुणानादिन संसिद्धं वैचित्र्यं केनहेतुना ॥ - वही- , पृ० -  
मात्स्यां शक्त्यात्मना प्रलये सर्वं गच्छति ॥ - वही- , पृ० - २९६
३. यथोक्तं श्रीमत् सौरभ्ये -  
शक्तिरूपेण कार्याणि तल्लीनानि महाद्वये ।  
विवृतिर्यच्चित्तमायाति सा कार्येण कलादिना ॥ - वही- , पृ० - २९६





इस प्रकार से हमें शैव दर्शन शास्त्रों से चतुर्विध पाश का पाठ मिलता है, जो कि सदैव से स्पष्ट किया गया है जबकि प्रस्तुत शोध पत्र में विज्ञान भैरव के आधार पर जल प्रकार के पाश को प्रस्तुत किया गया है वह इन सबसे लगभग भिन्न है क्योंकि ऐसा स्पष्ट चतुर्विधात्मक पाश प्रणाली यह पर दृष्ट नहीं है। इस विज्ञान भैरव में पाश का कारण स्वयं को न समझ माना है एवं भेद भाव मय जगत् में पड़े रहना ही पाश का कारण माना है जैसा कि इसी ग्रन्थ से स्पष्ट होता है जब भैरव, भैरव से प्रश्न करती है कि परमतत्त्व विषयिक मेरे संशय को कृपया काट डालिये।<sup>2</sup>

प्रत्युत्तर में भगवान भैरव उत्तर देते हुये कहते हैं कि "जो कुछ भी भैरव सकल रूप का है वह असार रूप इन्द्रजाल मय है ऐसा ही है जैसे स्वप्न में देखा हुआ गन्धर्वकार ये जो जितना भी क्रियाआडम्बर है वही अविमुक्ति का कारण है और ये जितने भी स्वरूप शब्दराशीमय इत्यादि हैं यह भी मोह से दूर करने में सक्षम नहीं है यह सब अप्रबुद्ध पाश से बंधे हुये हैं उनकी कल्पना स्वरूप हैं जिनकी बुद्धि शीघ्रपात से अच्छी तरह धुंध नहीं हुई है वह ही मातृ-मोदक के समान इन में फंसे हुये हैं। ये कोई भी इस प्रकार के पूजा, पाठ, तर्पण से उस परमतत्त्व को नहीं पा सकते हैं।"<sup>3</sup> उसे केवल वही पा सकते हैं "जो विकल्प से उन्मुक्त हैं और निष्कल

श्रीमृगेन्द्रेऽप - प्रावृत्तीशो बलं कर्म माया कार्यं चतुर्विधम् ।  
पाशं जालं समासेन धर्मा नाम्नैव कीर्तिताः ॥

-सं०दं०सं०, पृ० - 294

प्रसादं कुरुये नाथ निःशेषं छिन्निपसंशयम् ॥ -वि००, श्लो०-7 पूर्वदि  
यात्किञ्चित् सकलं रूपं भैरवस्यप्रकीर्तितम् ॥ -वही- श्लो० - 8 पूर्वदि  
तदसारतया देवि विज्ञेयं शृङ्गजालवत् ।  
माया स्वप्नोपमं चैव गन्धर्वनगरभूमम् ।  
ध्यानार्थं गन्तव्यं पुंसां क्रियाडम्बरवर्तिनम् ॥  
केवलं वार्त्तां पुंसां विकल्पनिहतात्मनाम् ॥ ॥  
तत्त्वज्ञेता च नगत्माऽसौ शब्दराशिन भैरवः ॥ ॥  
२. भैरवस्वरूपः ॥ ॥  
३. प्रवृत्त्यर्थमुदाहृतम् ॥ ॥





निर्विकार स्वरूप को अपने अनाकरण में पाकर अपने - अपने अनुभवों के परमानन्द में डूबकर उससे भोग्य है क्योंकि उसका स्वरूप परम शुद्ध निर्मल है और विश्व को पुरित करने वाला है फिर उसके लिए लौकिक कर्म कैसा यह पाण्ड कैसा । इस प्रकार वर्णन करते हुये अन्ततः कहा गया है कि शक्ति और शक्तिमान अभेद रूप से हमेशा सर्वत्र तबरा मान रहते हैं धर्म धर्मिका इन दोनों परा एवं परमात्मा का परस्पर सम्बन्ध है जैसे धातुन एवं उसकी दाहिका शक्ति परस्पर है ऐसे ही इन पाशों का नाश करने के लिए केवल ज्ञान सत्ता की ही आवश्यकता है । इससे उस परम तत्त्व को जानकर पाश नष्ट हो जाते हैं और साधक शिवमय हो जाता है ।<sup>1</sup>

### मोक्षोपाय

विज्ञान भैरव के मतानुसार मोक्षोपाय बहुत सरल एवं सुलभ है । इस उपाय को पाने के लिए इस शास्त्र ने कम से कम एवं अधिकार्थक एक सौ बारह धारणाओं के माध्यम से मोक्षोपाय को सुर्वचपूर्ण ढंग से परिचिन्तित किया है ।<sup>2</sup> जिनकी प्राप्ति से साधक "अजर अमरता को प्राप्त होता है और सिद्ध योगिनियों के प्राप्ति एवं सभी सिद्धियों को भोगते हुये मोक्ष को प्राप्त होता है" ।<sup>3</sup>

1.

अन्तः स्वानुभवानन्दा त्रिकल्पान्मुक्तगोचरा ।

याऽवस्थया भूराकारा भैरवि भैरवमात्मनः ॥ 15

तद्वस्तुतत्त्वतो ज्ञेयं त्रिमलं विश्वपूर्णम् । एवं विधे परे तत्त्वे क्व पूज्यः

कश्च तृप्याति ॥ शक्तिशक्तिमतोर्यद्वेदः सर्वदा स्थितः ।

अतस्तद्धर्मधर्मत्वात् पराशक्तिः परात्मनः ॥ न वदने दाहिकाशक्तिर्व्यति

रिक्ता विभाव्यते । केवलं ज्ञान सत्तायां प्रारम्भोऽयं प्रवेशने ॥-18-19

साधते दिग्गन्धामार्गद्वन्द्वकृत्या शिवः प्रिये ॥ 21

निस्तरङ्ग. गोपदेशानां ..... ज्ञानविज्जनः ॥ - वि० भ० 133

अजर अमरतामेति ..... समीलापकादिषः ॥ - वही- 138

2.

3.



यह उपाय अत्यन्त सरल है इन उपाय पर चलने वाले साधकों को किसी प्रकार की भी कठिनाई नहीं आ सकती है । क्योंकि इन उपायों का अनुसर करने वालों के लिए विशेष प्रधान रूप की साधना मार्ग जो प्रदर्शित किया है वह भगवान का विश्वनय स्वरूप है अर्थात् "कुछ भी करो कुछ भी खाओ, पियो भोगो उन सब में भगवान का प्रसाद समझ कर उसी का दिया हुआ समझने वालों को जो आध्यात्मिक देव से जुड़े हुये एवं मोक्ष पाना चाहते हैं मार्ग प्रशस्त किया है ।" जिनका आगे एक ही बारह धारणाओं के रूप में प्रदर्शित किया गया है जिन पर चलते हुये "साधक जीवन्मुक्त हो जाता है" ।<sup>2</sup>

### धारणा - 1

हे भैरवि ! देहधारियों के शरीरान्तर्गत जो प्राण वायु की स्थिति है वह इस प्रकार से है - द्वादशान्त ऊपर मूर्ध्नि स्थित प्राण वायु का निवास रहता है और हृदयान्त द्वादशान्त पर्यन्त अपान वायु के रूप में पशु प्रमाता जीव का निवास निश्चित है । प्राण को दिवसर्ग कहते हैं अर्थात् हकार कहते हैं और अपान वायु को जीवात्मा कहा है । जब जीव इसी प्राणपान को हृदयाकाश द्वादशान्त में भर लेता है तब उसी पूर्ण रूप से भैरव स्थिति होती है । आगे व्याख्याकार बतलाते हैं कि प्राणपान की स्वाभाविक उच्चारण परा देवों का उदाहरण है, स्पन्दन

1.

जीग्धपानकृतोल्लासरसानन्दविभूम्भणात् ।

2.

भावयेत भारतावस्थां महानन्दस्ततो भवेत् ॥ - वि० ७१

जीवन्नपि विमुक्तोऽसौ कुर्वन्नपि लिप्यते ॥ - वही - श्लो० १३१

पूर्वर्द्धि



है। परा देवता की रूपों तथा स्वरूप करी रहती है, जो कि प्राणापान रूप में सार्वभौमिक होना समा है। इस प्रकार की प्राणापान गति वास्तव में पशुपुनरावा का माना गया है।

"प्राणों का सम्बन्ध, नैसर्गिक माना गया है" अर्थात् स्वाभाविक है अन्दर जाना बाहर जाना इत्यादि "

### धारणा - 2

प्राणवायु अन्तर और बाहिर दोनों ही ओर द्वादशअंगुल लम्बा चलता, बरतता रहता है। यह प्राणवायु बाहिर निकलकर भी द्वादश अंगुल लम्बा होता है और आन्धन्तर्गत हृदयान्त की द्वादश अंगुल प्रमाण से लम्बा माना गया है। इस शरीर के शरीर में शरीर के द्वारा ही उस शरीर की व्यञ्जना है अर्थात् यही प्राणापान रूप प्रतीक ही शिव के शरीर की शक्ति है, क्योंकि प्राणापान वायु की गति के विना शरीर जीव माना गया है।

इसा को पातंजल योगदर्शन में श्वास और प्रश्वास कहा है जिसकी गति का भेदन साध्य के लिए आवश्यक है।<sup>2</sup> अर्थात् प्राणापान को इकट्ठा करना मन्थन करना है। तभी योगी परम लाभ प्राप्त कर सकता है<sup>3</sup>। तभी सांख्य

1. ऊर्ध्वे प्राणो ह्यधो जीधेः त्रिसर्गतिमा परोच्चरेत् ।  
उत्पत्ति द्वितीय स्थाने भ्रष्टा स्थिति ।।  
नैसर्गिको प्राणसम्बन्धः ।। शिवसू0पा0-3, सू0 - 43

2. गुरुतोऽन्तर्गता तद्विषय विद्युदगुणानि विवर्तनात् ।।  
भैरव्या भैरवस्येत्यां भैरवि व्यज्यते वपुः ।।  
तस्मिन्नास्ति श्वास प्रश्वासयो र्गतिविच्छेदः प्राणायामः ।।-पा0यो0द0,  
पा0-2, सू0-49

3. निरालम्बः किं विधातुं शक्यः ॥ पा0-3, सू0-32





दर्शन में श्वासा प्रश्वासा के जा को तोड़ना चाहिये कहा है । यही प्राणायाम है और स्वाभाविक प्राणायाम है, क्योंकि इसमें कुम्भाक की स्थिति पूर्णतः प्रदर्शित नहीं है जो कि जाने जाने हुए में प्रदर्शित है ।

### धारणा - 3

प्राणायाम जो दोनों को रोक कर सुषुम्ना का विकास हो जाने पर मुख्य निर्वाकल्प आशाना का चरण अन्तःकरणस्थ भी आकाश को प्रकाशित कर लेता है जैसे कि इस धारणा में कहा है कि - न ही प्राणवर्द्धिभूत करें और न अपान अन्दर आये इसके लिए प्राणवायु को प्राणायाम में खतलाये गये कुम्भाक के माध्यम से विकसित करना चाहिये । इसके कुम्भाक के माध्यम से प्राणायाम के मध्यस्थ बड़ा विंगला के मध्यस्थ सुषुम्ना में विकसित करके लाभ प्राप्त कर लेने पर साधक निर्वाकल्प उस निर्वाकल्प मरुद को तरफ ही निर्वाकल्प और स्वभाव को प्राप्त कर लेता है । इसी के विषय में कक्ष्या स्तोत्र का मत है कि ऐसी दशा में योगी सब शीघ्र समूहों को अपने अपने विषयों में लगा देता है उन पर आधिपत्य रखी हुये वह प्रसन्नचित्त के समान हो जाता है तब ऐसी दशा में उसकी कुर्गति कैसे हो सकती है ।<sup>2</sup>

1. न व्रजेन्न विभोच्छास्तमरूपरूपा विकसिते ।
2. निर्वाकल्पतया मध्ये तया भैरवरूपता ॥-विज्ञान भैरव, श्लो० - 26
- तमधिष्ठानं भावेन स्वभावमवलोकयन् ।
- समयमान इवास्ते यस्तस्येयं कुर्गतिः कुतः ॥-कक्ष्यास्तोत्र, श्लो० - 11





इससे ज्ञान को प्राप्त करने के लिये तन्त्र कारिका कहती है कि सदा  
अन्तर ही देखने के लिये को प्रोत्साहित कर जो आंख खोलकर बाहिर देखता हुआ भी  
देखता है और ऐसा आत्मज्ञान को प्राप्त कर लेने पर उसका निमेष उन्मेष पलक  
हुना वन्द होना मनाया हो जाता है इसी को सभी तन्त्र शास्त्रों में रहस्यात्मक  
भैरवी मुद्रा भी कहा है और यह कुम्भक स्थिति को प्राप्त हुये मध्य विकासात्मक  
योगी को ही प्राप्त होता है ।<sup>1</sup> क्योंकि शिव सूत्रों में भी प्राणायाम के मध्य  
को ही श्रेष्ठ माना गया है ।

जबकि श्री आभिनवगुप्त के परम शिष्य भी इसी के लाभ से विद्वानन्द  
लाभ मानते हैं ।<sup>3</sup>

इसी के विषय में शिव सूत्र प्रकाशनी में श्री कालिका क्रम के उद्घाटन  
से बताया गया है कि इसके लाभ से योगी बोध स्वरूप हो जाता है, सर्वज्ञ सर्वशक्ति तत्त्व,  
सिद्धि आदियों से युक्त हो जाता है ।<sup>4</sup>

1. अन्तर्लक्ष्यो बहिर्दृष्टिर्निर्गोचोन्मेषवर्जिताः ।
2. इयं सा भैरवी मुद्रा सर्वतन्त्रेषु गोपिता ॥-स्व०कारि०  
नास्तिकान्तर्मध्यसंयोगात्, किमत्र, सव्यापसव्यसौकुम्भे ॥  
-शिवसू० भा० - 3, सू० - 45
3. मध्यविकासाच्चिदानन्दलाभः ॥ - प्र० भि० हृदयम्, सू० - 17
4. तस्य देवाति देवस्य परबोधस्वरूपिनः ।  
विमर्शीः परमा शक्तिः सर्वज्ञा ज्ञान शालिनी ॥ श्री कालिका क्रम  
श्रेष्ठस्य ग्रन्थ शिवसूत्र, सू० - 228



धारणा - 4

कुम्भिका रोचता और पुरतः रूप प्राणायाम का निरन्तर यदि अभ्यास होवे तो निराश्रय हो। कुछ वर्षों में सुषुम्ना का विकास हो जाता है और साधक योगाजन हसकी प्राप्ति करने के पश्चात् परम शान्ति को प्राप्त कर उस प्रकाशिक प्रभु भैरव के स्वरूप को अपने अन्दर प्रकाशित कर लेता है और भैरवाकार हो जाता है।<sup>1</sup>

जिसका विवरण देते हुये अग्निवश गुप्त ने भी कहा है कि सम्पूर्ण क्षीमा के सागरी को छोड़कर शक्ति, ज्ञान के परम स्रोतों एवं अन्य ध्वनियों के होस सामग्री को साधक के साधने वाले जो महा भैरव है, योगी उन महाभैरव को हृदयाकाश रूपी मन्त्रानु कुण्ड में भैरवाग्नि प्रज्वलित आनन्द से परमगति को प्राप्त कर लेता है।<sup>2</sup>

धारणा - 5

आमूलार्त्त = हृदयाकाश अथवा जन्माग्र से लेकर व्यापिनी पर्यन्त सुषुम्ना जागृत हुई कुण्डलाग्री का क्रमशः स्पर्श की ओर गतिमान होती हुई सूक्ष्माग्नि सूक्ष्म प्रकरण का सूक्ष्मतागत सूक्ष्म आभास करे, उस प्रकाश की प्रस्फुटित होती हुई किरण का विस्तार करते हुये अब यह व्यापिनी पर्यन्त पहुँच जाती है अर्थात् ऐसा आभास

1. कुम्भिका रोचता वाऽपि पुरता वाधदा भवेत् ।  
तदन्ते शान्तिं नाशसौ शब्दयाः शान्तं प्रकाशति ॥ 27 ॥
2. तद्व्यानाराणसंक्षोभान्महाभैरव हव्यभुक् ।  
हृदयारये महाकुण्डे जाज्वलयन् स्फीततां प्रजेत् ॥ तं लो -  
नेन तत्र उद्योत भा - 1, श्लो0-200 भा0-3, भा0-5, पृ0- 40।



प्रतीति को ही नहीं है, यन्त्र चित्रों की हृदयाकाश में निराधार निराकार  
 पर : प्रकाश का प्रकाश जो वाता है । प्राणायाम करने वाले योगाभ्यास से मूलधार  
 में सुषुम्णा कुण्डलियों जो कि दबाकुत वाला है, उसका छेदन करके ऊपर की ओर  
 प्रथमरन्ध्र व्याप्त हो जाने में सामर्थ्य रखते हैं और उन्हें ये आभास होता है  
 कि कुण्डलियों का अनुकामुक स्थान की ओर गतिमान है । यही वास्तविक प्राणायाम  
 की लक्षणा भी है । अन्यथा प्राणायाम शरीर पर पीड़ा ही होगा ।  
 अभिनवगुप्त ने भी कहा है ।<sup>1</sup>

#### धारणा - 6

यह धारणा कुण्डलियों को मूल से जन्ममार्ग से लेकर आकाश बिजली के चमकने  
 की तरफ ध्यान में लाकर करता है, ऊपर की गमन करती है और ऊर्ध्व मुष्टिद्वय =  
 द्वादशान्ते स्थान तक जब पहुँच जाती है, तभी अन्तः<sup>ऊपर की</sup> उसके अन्तिम लक्ष्य की  
 पूर्ति होने पर योगी के हृदयाकाश अन्ते अन्तःकरण में भैरव स्वरूपात्मक  
 अक्षरप्रकाश का उदय होता है ।<sup>2</sup>

1.

अभिलात् तकरणाभ्यासां सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरात्मिकात् ।

2.

चिन्तयेत् तां द्विष्टकान्तां शाम्यन्तीं भैरवोदयः ॥ वि० भै०, श्लो०-28

असृग्गन्तव्यं तर्हिदूषां प्रतिचक्रं क्रमात्क्रमम् ।

अथवा मुष्टिद्वयं यत्नत् तावदन्ते महोदयः ॥ - वही - , श्लो० - 29



जो शक्ति योगियों के स्वयं करते हुये अभिनवसुप्त मिलती हैं एक विसर्ग और का नाश हो जाता है। शक्ति को रोककर जब सुषुम्ना के अन्दर विचार को प्राण प्रवेश कराया जाता है अर्थात् मध्यगार्मिनी नाड़ी का विकास कर लिया जाता है तब इस विकास से उत्पन्न शक्ति की सहायता से ब्रह्मरन्ध्र में प्रवेश पाकर योगी परम प्रकाशनन्द स्थिति को प्राप्त करके अवस्थित हो जाता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 7

द्वादशान्त का स्थानों का जो क्रम है जन्माग्र, मूल, कन्द, नाभि, हृदय, कण्ठ, तालु, भूमध्य, जलोद, ब्रह्मरन्ध्र शक्ति व्याप्ति पर्यन्त बारह स्थान है जो कि क्रमशः जन्माग्र से लेकर व्याप्ति पर्यन्त उत्तरोत्तर है और इनमें अणु, वर्णों को जो, हर शेष द्वादश स्वर ही निवास करते हैं । जन्माग्र में = अ, मूल में आ, कन्द में इ, नाभि में ई, हृदय में उ, कण्ठ उ तालु में ए, भूमध्य में ऐ, जलोद में ओ, ब्रह्मरन्ध्र में औ, शक्तिस्थ अं और व्याप्ति में अः का निवास स्थान होता है इन्हीं को भेदन करता है । स्थूल से लेकर सूक्ष्म पर्यन्त अभ्यास से परात्मिक स्थिति के द्वारा मुक्त होकरके परम मुक्त सर्वतन्त्र स्वतन्त्र अनन्त शक्तिमान भगवान् भैरव स्वरूप शिव को अन्ततः प्राप्त करके मुक्त हो जाता है । कल्याणस्य पद को प्राप्ति कर लेता है ।

स्थूल - यज्ञ - जप-होम ध्यान-मुद्रा-यंत्र-मन्त्र हैं ।

सूक्ष्म - अक्षर भेदन एवं ओंकारधार में प्राणायाम की भावनात्मक उपाय है । इसी से सप्तमिमाय ही स्थिति को पर उपाय ~~के तन्त्र~~ के कहा है ।<sup>2</sup>

1. अथः प्रमाणं संरोधादूर्ध्वदेवावर्तिनाम् । जगत्प्रकाशमुदयं ज्ञानव्याप्तिं प्रदायकम् ॥ अनुभूय परे धाम्नि मात्रावृत्त्यापुरां वशे ॥ - तन्त्रालोकः 5/88-89
2. क्रमाद्वादशकं सम्यग् द्वादशाक्षरभेदितम् स्थूल-सूक्ष्म परस्थित्या मुक्तत्वा मुक्तत्वाऽन्ततः शिवः ॥ - वि० भ० 30





उन चारों चक्रों की भेदनता की पूर्ति के पश्चात् साधक को त्राटक की सहायता से शून्य का भाव धरना चाहिये । इससे जैसे ही मनुष्य निश्चल भाव से स्थिरता को प्राप्त कर लेता है, जैसे सेतु की सहायता से नदी को पार किया जाता है। ऐसा ही योगी को भी शून्य में स्थिर करना चाहिये । इससे निराकार मन को धारा में लगे हुए साधक सभी अवस्थाओं एवं चक्रों के ऊपर निवास करता हुआ सर्वगोचर भाव को उत्पन्न कर लेता है ।

### धारणा - 9

जैसे मयूर के चित्राकार रंगावरण पंखों में गण्डलाकार के मध्य शून्य दिखाई देते हैं वैसे ही अनुत्तर भैरव १ का ध्यान करने से भी हृदय में शून्य का ध्यान करते हुये हृदय में प्रवेश करना चाहिये । इससे मनुष्य भैरव में समाहित हो जाता है । अनुत्तर = भैरव है । अनुपाय भी कहते हैं जिसे सहज योग की संज्ञा भी प्राप्ता है । शून्य = योगी द्वारा हृदय को प्राप्त की रचयिता अमृतानन्द योगी ने भी शून्य में पूर्णविवर्तन की में एक शून्य माने हैं ।

समावेश = समावेश के लक्षण को आत्मनयगुप्त ने तन्त्रालोक में बहुत ही सुन्दर रूप से निरूपित करते हुये कहा है कि समावेश दशा में साधक अपने बाह्य भाव को भूल जाता है और अपने परमार्थ लक्ष्य स्वरूप श्वाश्वतदेव में समाहित हो जाता है ।

दूसरा पक्ष जैसे चित्रित चन्द्रकों से देदीप्यमान मोर पंखों में पांच शून्य दिखाई देते हैं ऐसे ही पञ्च आनेन्द्रियों को लौकिक क्रियाओं से हटाते हुये उनमें पांच शून्य की भावना करने पर योगी का मन निर्विकार अनुत्तर शून्य परमाकाश में समावेश हो जाता है ।<sup>2</sup>

1. योगसूत्राणि - - - - - सर्वगोदण्डः ।। - ३०३०, पृष्ठ ०-३१

2. योगसूत्राणि - - - - - हृदयेभ्यः ।। - वही - , पृष्ठ ० - ३२

हृदि . . . . . योगी की हृदयदीप्ति . . . . . तन्त्रालोक, अ १०-१, पृष्ठ ०-२०५-५५



है घर प्रदे ।

यह प्रमाण है कि जो व्यक्ति ज्ञानमयी प्रवृत्ति एवं अज्ञान से यहाँ कहीं भावना में या चित्त में या चित्त में चिन्तन से यहाँ भी अपने शून्याकार मन को विशेषित कर साधक स्वयं लीन हो जाता है, भक्ति आदि में भी । और शून्याकार मन से परमशून्याकार भैरव रूप में समाविष्ट हो जाता है ।

इसी को सन्दर्भ में आभिनव गुप्त कहते हैं कि यह सम्भवतः सीढ़ियाँ हैं, सोपान समाधि का आश्रय रूप हैं, जिन पर शनैः-शनैः क्रम अक्रम से चढ़ते हुये एवं उतरते हुये साधक सर्वोत्तीर्ण कर लेता है । सभी को उत्तीर्ण करते हुये परमतत्त्व पर आरुढ़ सवार होकर शिवमय भाव को प्राप्त कर लेता है ।

यहाँ विशेषकर मनोयोग भी प्रदर्शित होता हुआ दिखाने देता है, क्योंकि मनोयोगी भाव परमात्मा को ही प्राप्त करता है । इसी के सन्दर्भ में भी साहित्य मिलता है, जिसमें कहा गया है कि ये जीवात्मा सर्वमय सर्वात्मिक विश्व रूप है, क्योंकि सभी ज्ञान भाव इसी जीव से उत्पन्न होते हैं । यह जीव जिससे इस जीव एवं उस परमेश्वर या परमात्मा में आभिनव सम्बन्ध है वहीं इसमें स्थित है इस तरह यह जीव सभी संवेद्य पदार्थों का जानने वाला होने से तादात्म्य भाव से जीवात्मा परमात्मा में समाविष्ट होता है और परमात्मा जीवात्मा में दृष्टि गोचर होता है ।

1. इदृशेन क्रमेणैव यत्र कुत्रापि चिन्तना ।  
शून्ये कुड्ये परे पात्रे स्वयं लीनावरप्रदा ॥ - वि० भे० - 33
2. सर्वोत्तीर्ण रूपं सोपानपदक्रमेण संश्रयतः । परतत्त्वरूढिलाभे प्रवृत्ते शिवमयी भावः  
परमार्थ सारः वि० भे० - श्लो० - 17
3. यस्मात् सर्वमयो जीवः सर्वभाव समुद्भवात् ।  
तत्संवेदन रूपा तादात्म्यप्राप्ति पतितः ॥ - स्पन्दका०, श्लो० - 28



### धारणा - 11

कपालान्त में मन का न्यास करके आँखों को बन्द करके इसमें मूर्धा स्थान को देखना रहे । इस तरह आँखें बन्द करता एवं खोलता हुआ इसी में दृढ़तापूर्वक ऐसा जो देश का लक्षणों में परमलक्ष्य है ऐसा दृढ़ता से जानने हुये परमलक्ष्य देखना । जो देश का लक्षणों में उत्तम लक्ष्य भी है ।

कपाल = क पराशर का लोक है और पालः शिव {भैरव} का वाचक है । शिव शक्ति के नागाध्याय योग को कपाल कहते हैं ऐसा पाठ शास्त्रों में उपलब्ध मिलता है ।

### धारणा - 12

मध्यनाड़ी के विषय का स्वरूप स्पष्ट करते हुये लिखा गया है कि मध्य नाड़ी सुषुम्ना ब्रह्मा अंगना के मध्य में स्थित है और वह हृदयान्तर्गत कमल नाल के सूक्ष्मांत सूक्ष्म तन्तुओं के रूप में शून्यालय रचिदाकाश में विराजमान है । उसे अन्तर्गत लवोनाकाश हृदयाकाश में ध्यानपूर्वक निश्चल मन से देखना चाहिये उसके लक्षणों से भैरव पराशर को लक्षणों में ज्ञाति, उसके जानने से परमेश्वर को जान लेता है ।

1. कपालान्तर्मनोन्यस्य तिष्ठान्मनी तलोचनः ।

क्रमेण मनसो दाढयलिद्वयैर्लक्ष्यमुत्ततम् ॥-वि०भै० - श्लो० - 34

कशब्देण पराशक्तिः पालकः शिवसङ्गः ।

शिवशक्तिस्तमायोगः कपालः परिपठ्यते ॥ -तन्त्रकोशः

185

186

187

188

189

190

191

192

193

194

समन्वयकारिता में लिया है कि तब चिदाकाश रूपी महाव्योम में साधक चन्द्र और रास को भी लीन कर लेता है छुमा लेता है जैसे प्रलयकाल में सभी परमात्मा में प्रकाश हो जाते हैं वैसे ही मध्यस्थ सुषुम्ना के विकास से चिदाकाश में प्रकाश होने से ज्ञान एवं प्राण भी विलीन हो जाते हैं । वह चिदाकाश में प्रकिरित होकर सब प्रकाश युक्त प्रबुद्ध हो जाता है । अर्थात् उसका ज्ञान जागृत हो जाता है वह सर्वज्ञ अत्यन्त पारमार्थिक ज्ञानन्द से युक्त आत्माराग हो जाता है । उसा को प्रबुद्ध कहते हैं ।

#### धारणा - 13॥मुद्राकार॥

हृत्वा रूपा ॥ तर्जना + अंगुली रूपी ॥ शस्त्र से हूँग रूपी अस्त को ॥ अंखि कान के ॥ बन्द करके भ्रूणस्थ ग्रन्थी को भेदन करके उसमें से उत्पन्न बिन्दु को पकड़ कर उसमें मन को स्थिर करके पराकाष्ठा को प्राप्त हो जाता है अर्थात् उसका पर भैरव रूप अभिव्यक्त हो जाता है ।

इस विधि को शैवाग्र्यों एवं तन्त्र शास्त्रों में करण माना गया है या मुद्रा भी कहते हैं । जिसका तन्त्रालोक में विशद विवेचन हुआ है इसमें करण के सात भेद दशाये गये हैं ।<sup>2</sup>

1. मध्यनाड़ी मध्यसंस्थ विषसूत्राभिरुपया ।  
ध्यातान्तर्व्योमवा देव्या तथा देवः प्रकाशसौ ॥ - वि० भ० - श्लो०-35
2. करसूत्राभिरुपया पूर्यदाह काररोपया ।  
दृष्टे बिन्दौ क्रमाल्लीने तन्मध्ये परमागतिः ॥ - वही- श्लो० - 36





धारणा - 14

पूर्वोक्त धारणा के सदृश ही इसमें भी बिन्दु के सदृश एक अन्य सूक्ष्म अग्नि से उत्पन्न चिन्गारी  $\&$  स्फुलिङ्ग  $\&$  का अन्तःकरण में ध्यान करते हुये अर्थात् हृदयाकाश में उठती हुई चिन्गारियों में से एक सूक्ष्माति सूक्ष्म को हृदय से उठते हुये जानकर शिखा के अग्रभाग व्यापिनी पर्यन्त वह चिन्गारी समाहित होता चला जा रही है ऐसा चिन्तन करता हुये साधक को परमलय की प्राप्ति हो जाती है ।

धारणा - 15

इस धारणा में अनाहत की प्रवाहता को नदी के प्रवाह के समान माना गया है जो स्वाभाविक गतिमान है । जैसे नदी का जल धारा प्रवाह से बहता रहता है वैसे ही अनाहत नाद भी अधोरात  $\&$  अधोनिश  $\&$  मनुष्य के भीतर समान रूप से गतिमान होती हुई चलती रहती है ।

जैसे कि सभी जानते हैं कि दो पात्रों या बत्थरों या लोहेकी छड़ों से टकराने से ध्वनि गुंजायमान होती है परन्तु अन्तःकरण हृदयाकाश में भी ऐसी ध्वनि धक् धक् की गुंज होती है जिसे केवल श्रवणेन्द्रिय का पारमार्थिक विषय ही ग्रहण करने में सामर्थ्य रखा है अर्थात् यौगिक शब्द का योगी ही सुन सकता है न कि

धामान्तः क्षौभसंभूतसूक्ष्माग्निर्नातिलकाकृतिम् ।

बिन्दुं शिखान्ते हृदये लयान्ते ध्यायतो लयः ॥ - वि० भ० - 37



साधारण मनुष्य के वश का काम है । इसके लिए अभ्यास की आवश्यकता रहती है ।  
 उस नाद को ही पारमार्थिक रूपेण नाद-द्वारक माना गया है जो कि शब्द ब्रह्म  
 का ही व्यापार है जिसे तन्त्रालोक के लेख ने 10 प्रकार का वर्णित करके स्पष्ट  
 भाग दिया है । उस प्रकार 10 रूपों के नाद में धारणा, ध्यान एवं समाधि का  
 अभ्यास ज्ञान के लिए परमावश्यक है । इन अभ्यासों से योगी शब्द ब्रह्म को  
 जान लेता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 16

हे भैरवि - शब्द ब्रह्म में निष्णात = पारंगत ब्रह्म ज्ञानी के सदृश प्रणवादि  
 में भी नाद-द्वारक की धारणा रहे उस प्रणव में ह्रस्व दीर्घ प्लुतान्त पर्यन्त शून्यकार  
 भाषना करे ऐसा भाषना से साधक शून्य से परशून्य रूपा पराशक्ति एवं पराशक्ति  
 से परमैश्वर को प्राप्त हो जाता है ।

ऐसा ही ह्रस्व दीर्घ प्लुत के उच्चारण को स्पष्ट करती हुई श्रुति प्रतिपादित  
 करती है कि ऋग्वेद स्वरीय प्रणव मनुष्य लोक, यजुर्वेदीय प्रणव अन्तरिक्षलोक एवं  
 सामगीति के स्वर से उच्चारित प्रणव ब्रह्म लोक प्रदान कराता है अर्थात् विज्ञान  
 भैरव ने भी प्लुत को ग्रहण कर जो साधना का पथ प्रदर्शित किया है वह वास्तव में  
 परमैश्वर की प्राप्ति के सर्वश्रेष्ठ साधन को प्रतिपादित करता है । पुष्पहन्त रचित  
 महिम्न स्तोत्र में भी इसी प्रणव की स्तुति करते हुये कहा गया है की यह मोक्षदायक  
 है इसी में समस्त संसार न्यस्त एवं व्यस्त है ।

1. अनादिते पात्रकर्णेभ्यो नमः सरिद्धते ।  
 शब्द ब्रह्मणि निष्णातः परब्रह्माधिगच्छति ॥ - त्रि० भ० - 38
2. प्रणवादिमुच्चारणं ----- भैरवि ॥ श्रुति उपनिषद्, त्रि० - 39  
 त्रयी तिस्रो वृत्तीस्त्रिभुवनमयो-----पदम् ॥ - महिम्नः स्तोत्रः, श्लो० - 27



### धारणा - 17

केवल प्रणव में ही ऐसी भावना को न समझे अपितु जिस किसी भी वर्ण के उच्चारण की साधक में अच्छा उत्पन्न हो और वह उसी वर्ण में अपना पारमार्थिक धर्म देखता हो तो उसे उसी वर्ण के आद्यन्त प्रवेश करना चाहिये उसी वर्ण को शून्याकार समझते हुये शून्य से शून्याकार यह प्राणी सर्वोत्तम पुरुषोत्तम श्री भैरव के रूप में महाशून्य को प्राप्त कर ही लेता है ।

### धारणा - 18

तन्त्र्यादिवाद्यशब्देषु = जो सामगीति से प्रेम करने वाले साधक हैं उनके परदे खोलते हुये ग्रन्थकार ने बहुत ही सूक्ष्म विवेचन किया जिसका उल्लेख गीता में भगवान श्रीकृष्ण एवं धर्म शास्त्रों में भी उपलब्ध होता है । जैसे कि प्रसृत ग्रन्थ में ग्रन्थकार कहते हैं कि साधक तन्त्री आदि श्रवादन, वीणा, तन्त्री, शततन्त्री, वंशी आदि श्रयन्त्रों से उत्पन्न शब्दों में दीर्घकाल तक क्रम से सुनने के लिए स्थित रहे उन शब्दों में अनन्यायत्त साधक जब शब्दों की अन्तरङ्ग ध्वनि की लय में विभ्राम करता है तो उस साधक का स्वकीय देह स्वकीय न रहकर भगवान भैरव की देह के रूप में परिणत होकर परव्योम पराकाश में स्थित हो जाती है इस जगत से स्थित रहते हुये भी वह भिन्न सी विस्मयकारी रोमाञ्च भरी दैवीय देह हो जाती है । उसी के कारण भगवान श्री कृष्ण जी ने गीता में कहा है कि मैं देवों में सामवेद हूँ अर्थात् मुझे सामवेद का गायन सबसे सुरीला एवं मनोहारी लगता है । जिसका

1. यस्य कस्याप्य वर्णस्य पूर्वान्तितावतुभावयेत् । वि० अ० २ भा० ७  
शून्यया शून्यभूतोऽसौ शून्याकारः पुमान् भवेत् ॥ 40 ॥



अनुमोदन धर्म शास्त्रों में भी किया है जैसे महर्षि याज्ञवल्क्य ने भी कहा है कि सुरसंगम भी साधक को मोक्ष दिलाने का परम मार्ग है जो मनुष्य को मोक्ष प्रदान करता है ।

### धारणा - 19

पिण्ड मन्त्र के सर्वात्मिक स्वरूप के अन्तर्गत पाये जाने वाले वर्ण क्रम से स्थूल होते हैं जो वर्ण क्रमशः जुड़कर मन्त्र बनकर पिण्ड कहलाते हैं उनमें स्थित कुछेक अर्ध चन्द्राकार एवं अर्धमात्राकार बिन्दु तक का विधिपूर्वक किये उच्चारण से साधक शिव हो जाता है ।

पिण्ड मन्त्रों नवात्मक प्रभृति मन्त्र कहलाते हैं इनकी व्याख्या करते हुये शिवोपाध्याय लिखते हैं कि उं ॥ ओम् ॥ प्रत्येक प्राणी के हृदय में ध्वनित होता रहता है । यह प्रणव अकार से लेकर उन्मना पर्यन्त द्वादशमात्राओं को द्वादश भागों में विभाजित कर देता है । जिसमें वर्णों के उच्चारण का क्रम स्थूल कहा जाता है । नाभि, हृदय एवं मुख में क्रमशः तीन मात्राओं का उच्चारण होता है इनके उच्चारण काल को मात्रा कहा जाता है जबकि बिन्दु से समनापर्यन्त अर्ध मात्रा एवं उससे ऊपर गगनाकाश स्थित शिवरूप हो जाता है । बिन्दु से समना पर्यन्त = इसे सक्षेप में = बिन्दु - अर्धचन्द्र-निरोधिनी-नाद-नारान्त-शक्ति-व्याधिनी-समना और उन्मना के उच्चारण से अर्थात् द्वादश मात्रा के उच्चारण से योगी स्वयं शिव हो

1. तन्त्र्यादिवाच्येषु दीर्घा क्रमसंस्थिते ।

अनन्यचेताः प्रत्यन्ते परव्योमवपुर्भवेत् ॥ 41 ॥

वेदानां सामवेदोऽहं ..... गीता ७.१० श्लोक २२

वाणावादन तत्त्वज्ञः स्वरजातिविशारदः ।

तालश्रयाप्रयासेन मोक्षमार्गनिवच्छति ॥ या०स्मृ० प्रायश्चित्तप्रकरणे ११५ सूत्र ४५२





जाता है ।

### धारणा - 20

योगी जन अपना देह में सभी दिशाओं शून्य भाव से ध्यान करते हुये  
एक साथ देखे और इन्हें निर्दिष्टकार जाने ऐसे शून्यकार जानते हुये मन को स्थिर  
करे और ऐसा चिन्तन करे कि सभी दिशाओं में एक ही शून्यकार परमतत्त्व ही  
परिवर्तित हो रहा है और उसी परमशून्य में स्वयं को भी परिवर्तित करे यही  
परम धर्म है ।

दिशाओं का उल्लेख यजुर्वेद में भी हुआ है यहाँ 10 दिशाओं के रूपों  
को तोड़ते हुये उसे पाँच भागों में विभाजित करके दिखाया गया है । इस शुक्ल  
यजुर्वेद के मन्त्र में दस दिशाये 10 प्रदिशाये दस आदिदशाये दस विदिदशाये और  
बिल्कुल चतु के समीप दस उदिदशाये व्याप्त रहती हैं । जो वस्तुः निर्दिष्टकल्पक  
निराकार ही है जिनका कोई भी रूप नहीं दिखाई देता है ।

ऐसा ही पाठ ईश्वर प्रत्यभिज्ञा में भी मिलता है जिसमें स्पष्ट कहा  
गया है कि बाध्य नीलचोलादि से लेकर शून्य पर्यन्त सभी पद-पदार्थ विकल्पस्वरूप  
माने गये हैं इनमें कुछ साधारण मायीय ग्रहण करते हैं और परमतत्त्व को चाहने  
वाले साधक शुद्ध भाव रखते हैं ।<sup>2</sup>

1. मिण्डमन्त्रस्य सर्वस्य स्थूलवर्णक्रमेण तु । अर्धेन्दुबिन्दुनादान्तशून्योच्चारणं  
भवेच्छिवः ॥ 42 ॥  
ओङ्मिति स्फुरदुरस्यनाहतं गर्भगुम्फितसमस्तवाङ्मयम्  
दन्धवनीतं हृदयत्परं पदं तत्सद्वारमुपास्महे महः ॥-शिवोपाध्याय  
रचित द्रष्टव्य ग्रन्थ वि० 10, पृ०-49
2. निजदेहे ..... सर्वं प्रवर्तते ॥ 43  
उं ध्रुवं धृतपावानः ..... स्वाहा ॥-शु० य० वे० अ० मं०  
चित्तत्वं ..... नमोऽस्य वा ॥  
मन्त्रात्स्वेनाहमिति ..... भासजः ॥-ई० प्र० भि० 1/6/4-5



### धारणा - 21

आगे पीछे सर्वत्र शून्य ही है ऐसी एक जैसी भावना करे जो ऐसी भावना करता है एक अब आगे और पीछे बायें दायें के मध्य धरती आकाश के मध्य, शरीर के निचले एवं अग्निर भाग के मध्य - जन्म जन्मान्तर के समान मध्य में जो यह मायीय दृष्टिगोचर है यह भी शून्य ही है निर्विकल्प भाव सा है उसी निर्विकल्प से परमनिर्विकल्प भैरव का उस साधक के हृदय में उदय हो जाता है अर्थात् हृदयाकाश स्वयं प्रकाश से खिल उठता है । जैसे कि शिवोपाध्याय ने इसी की पुष्टि हेतु वासुदेव का श्लोक भी स्पष्ट किया है जिसका अर्थ है अर्ध भी शून्य है नीचे भी शून्य है मध्य में भी शून्य रूप में आश्रयहीन स्थित है इन तीनों शून्यों को जो जान लेता है वही कुलभूषण है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 22

अपने शरीर में भी शून्यता को ही भावना करे और ऐसी भावना करे की यह क्षण मात्र जीव है । तथा यह पूर्व में जन्म से पहले भी शून्याकार निर्विकल्प था आगे भी निर्विकल्प ही रहेगा अतः मुझे उसी निर्विकल्प परभैरव की ही भावना करनी चाहिये जो ऐसी भावना से ओतप्रोत हो जाता है वह पर भैरव स्वरूप हो जाता है ।<sup>2</sup>

1. पृष्ठशून्यं मूलशून्यं युगपदभाषयेत्तयः ।  
युगपान्निर्विकल्पान्निर्विकल्पोदयस्ततः ॥ - 44  
उर्ध्वशून्यमधःशून्यं मध्ये शून्यं निराश्रयम् ।  
त्रिशून्ययोर्भजानां तिस्रश्चेत् कुलनन्दनः ॥-शिवोपाध्याय । वासुदेव  
उपशून्य वि० १०, पृ० - 51
2. तनू देशे शून्यतैव क्षणमात्रं विभावयेत् ।  
निर्विकल्पं निर्विकल्पो निर्विकल्पस्वरूपभाक् ॥ 45



### धारणा - 23

हे भृगुदक्ष ! सभी देहधारी प्राणियों में वही निर्विकल्प शून्य ही व्याप्त है । यहां तहां सर्वत्र इसी शून्य की भावना से ओतप्रोत होकर भावना करनी चाहिये जिससे वह मन भावना स्थिर होती होवे ।

### धारणा - 24

देह के आभ्यन्तर वह टाड़ चर्म ऐसे जाने जैसे भवन की दीवारें हों, इनमें देह की त्वचा में और छिटे रेत से या मिट्टी पत्थर से निर्मित दीवारों में शून्य सा भी अन्तर नहीं है। इस तरह का ध्यानरत योगी ध्येय को प्राप्त कर ही लेता है । क्योंकि जो वस्तुतः सत्स्वरूप अन्तःकरण में स्थित है, वह इन दीवारों से भिन्न नहीं। दीवारों नाशवान् है जबकि वह अविनाशी एवं अमर है । जिसके विषय में गीता का भी उद्देश है कि वह अजन्मा है, नित्य है, सनातन ॥ शाश्वत ॥ है, जो न किसी से नारा जा सकता न जो कभी हुआ था या होगा ऐसा ही है। वह सदा था, सदा रहेगा इसी की भावना से ओत प्रोत साधक ध्येय को प्राप्त कर सकता है ।

1. सर्वदेहगतं द्रव्यं विषयद्वयाप्त भृगुदक्ष ।  
विभावयेत् ततस्तस्य भावना सा स्थिरा भवेत् ॥ 46
  2. देहान्तरे त्वग् विभागं भित्तिभूतं विचिन्तयेत् ।  
न तिकाज्यदन्तरे तस्य ध्यानं ध्येयभाग भवेत् ॥ 47
- न जायते म्रियते वा कदाचिन्नायं भूत्वा भविता न भूयः ।  
अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणो न हन्यते हन्यमानेश्वरी ॥



हे सुभमे हृदयाकाश में कमल की आंख के समान कमल के बन्द हो जाने से जैसे बन्द हो जाती है, ऐसे ही हृदयाकाश में वह शून्य बन्द है, उसे निलीनाक्षः, आंखें बन्द करके अनन्यचित्त होकर स्थिर चित्त से देखें अर्थात् सुप्त हुये ज्ञान को प्रज्ञा ज्योति से जगमगाये, ऐसा करने वाला साधक परम सौभाग्य को प्राप्त करे । इसी प्रकार शिव सूत्र भी वर्णन करते हुये कहते हैं कि हृदये में चित्त के संयोजन से यह नील पीतादि स्वप्न तुल्य दिशाई देने लगते हैं ।

जबकि स्वच्छन्दशास्त्र ने भी इसी प्रकार कुछ भाव व्यक्त किये हैं जैसे वह परमात्मा सभी भू प्राणियों में स्थावरों एवं जगमों में समान भाव से स्थित है, किसी में चेतन रूप से अवस्थित है और किसी में अचेतनात्मक है परन्तु षड्विध भाव से व्याप्त सभी में शिव-शक्ति सामरस्य के रस से युक्त होकर स्थित है । जबकि स्वन्द कारिका में भी लिखा हुआ है कि जैसे अपने हृदयाकाश में स्थित है, अधिष्ठित है, वैसे ही सर्वत्र है तथा रहेगा ।

1. हृदयाकाशे निलीनाक्षः पद्मसम्पुट मध्यगः ।  
अनन्यचेत्ताः सुभगे परं सौभाग्यमाप्नुयात् ॥ 48  
हृदये चित्तसंघट्टाद् दृश्यत्वापदर्शनम् ॥ - शिवो सू०  
स च सर्वेषु भूतेषु भावतत्वेन्द्रियेषु च ।  
स्थावर जड़, गम्य चैव चेतनायै संस्थितम् ॥  
आध्वानं व्याप्य सर्वं तु सामरस्येन संस्थितम् ॥  
- स्व० शा० अ० - 4, श्लो० - 307 - 308





धारणा - 26

सभी ओर बाह्य शरीर एवं अन्तःकरण में तथा पराये शरीरों के भी रोम - रोम में अपने एवं पराये सभी के द्वादशान्ति में मनोयोग से मन को लय बद्ध करे । ऐसी स्थिर हुई बुद्धि से दृढ़ विश्वसनीय होता हुआ अपने परमतत्त्व के लक्ष्य को पाले । इसी के सन्दर्भ में महर्षि पतञ्जली का एकतत्त्वभ्यास भी लक्षित होता है । उस तत्त्व का अर्थ भी इस प्रकार से है ।

स्पन्द कारिका भी इसी सन्दर्भ में अपना मत रखती है जिसमें कहा गया है कि सौष्टुम्न से अन्य इडापिंग को परास्त करने से साथक ब्रह्माण्ड गोचरी अवस्था को प्राप्त कर लेता है ।

धारणा - 27

जैसे - जैसे अन्तःकरण द्वादशान्ति में या बाह्य शरीर में अथवा अपने या दूसरे शरीर में यहां - वहां अपने मनः को स्थिर करके क्षेप कर दे डाले और धृत्तियों से अभिमुख हुआ प्रतिक्षण धृत्तियों को क्षीण करते हुये क्षीण हुई धृत्तियों से कुछ ही दिनों में विलक्षणता से युक्त हो जाता है । अर्थात् परमैश्वर्य स्वरूप के लक्षणों जैसे लक्षण उत्पन्न हो जाते हैं । तन्त्रालोक में भी यही विषय प्रतिपादित हुआ है जिसके अनुसार द्वादशान्ति को शक्ति में, क्षेप = क्षोभ में, कुलाघात में

1. सर्वतः स्वशरीरस्य द्वादशान्ति मनोसयात् ।

दृढबुद्धे दृढीभूतं तत्त्वलक्ष्यं प्रवर्तते ॥ 49

सौष्टुम्नयेऽध्वन्यस्तमितो हित्वा ब्रह्माण्डगोचरम् ॥ - स्प0कारि0

श्लो0 - 24



या सभी नाड़ियों के अग्र भाग में, बुद्धि मानो को चाहिये की वह मन को हृदय में प्रवेश कराये क्योंकि वह सभी आत्माओं में संकोच भाव से ॥सकुचि तात्मक ॥ जीव रूप में स्थित हुआ व्याप्त है ।

### धारणा - 28

भैरव कहते हैं कि हे सुमने । साधक योगाभ्यासी ऐसा ज्ञान करे कि मेरे दक्षिण पाद के अंगूठे से उठ रही कालाग्नि से स्व शरीर ॥ देह ॥ भस्म होती जा रही है मलदग्ध हो रहा है जैसे अग्नि पर स्थित गुग्गुलु भस्म हो रहा है । अब यह जल गया है ऐसा अन्तिम क्षण तक विचार करे इससे अन्त में परमाशान्त चित्तात्माक आभा परमाकरण प्रकाशरूप भासमान होने लगती है ।

शास्त्रों में दक्षिण अंगुष्ठ में कालाग्नि का पाठ मिलता है जिसका मन्त्र भी व्याख्याकार द्वारा ग्रन्थ में प्रतिपादित है " उं र क्ष र य उं तनुं दाहयामि नमः । " पुरः का अर्थ गुग्गुलु है ।

1. यथा तथा यत्र तत्र द्वादशान्ते मनः क्षिप्ते ।  
प्रतिक्षणं क्षीणवृत्तेर्धैर्यं दिनेष्वपि ॥ 50  
शाक्ते क्षोभे कुलावेशे सर्वनाड्यगुणोचरे  
व्याप्तौ सर्वात्मसंकोचे हृदयं प्रविशेत् सुधीः ॥-तं० लो० अ० 5, श्लो० 71
2. कालाग्निना कालपदादुत्थितेन स्वकं पुरम् ।  
प्लुष्टं विचिन्तयेदन्ते शान्ताभासस्तदा भवेत् ॥ 51  
उं र क्ष र य उं तनुं दाहयामि नमः " ॥-द्रष्टव्य वि० ३० व्याख्या,  
पृ० - 56



### धारणा - 29

एक दिन यह सम्पूर्ण जगत् अवश्य कालाग्नि द्वारा दग्ध हुआ था हो रहा है और होगा ऐसी विशेष कल्पना का सर्पन करे और इस प्रकार का चिन्तन करते हुये विश्वोत्तीर्ण करने के लिए अनन्य भाव से चित्ते से सामान्य साधक पुरुषा श्रेष्ठ पुरुषा परमेश्वर स्वरूप बनने का प्रयास करे ।<sup>1</sup>

### धारणा - 30

अपने दहस्था या जगत् में व्याप्त सूक्ष्माति सूक्ष्म जितने भी तत्त्व है ये सभी उसी परमेश्वर के प्रकाश से व्याप्त है और उसी में लीन भी हो जायेंगे अर्थात् जितने भी दत्तीस तत्त्व हैं वे सभी नाशवान है जिनमें यह मिलेगे साधक को भी उसी का ध्यान करते हुये पराशक्ति को ही व्यक्त करे ।<sup>2</sup>

### धारणा - 31

प्राण वायु के कुम्भक वृत्ति प्राणायाम से द्वादशान्तर्गत भ्रमण करने वाले अन्तर्धामी के प्राणों के समान ॥ सुषुम्ना में व्याप्त प्राणसंचार तुल्य ॥ कुम्भक प्राणायाम अभ्यास से एवं गुरुओं के उपदेश से मोटी बुद्धि भी तीव्र हो जाती है जिससे पशुत्व भी छूटने लगता है तथा हृदयाकाश द्वादशान्त में मुक्तेश्वर के ध्यान में सतत सलग्न मनुष्य मुक्त हो कर सर्वतन्त्र स्वतन्त्र हो जाता है ।<sup>3</sup>

1. एव मेवजगत्सर्वं जग्धं ध्यात्वा विवर्कल्पतः ।  
अनन्यचेतसः पुंसः पुमान् परमो भवेत् ॥ 52
2. स्वेदहे जगतो वापि सूक्ष्म सूक्ष्मतराणि च ।  
तत्त्वानि यानि निलये ध्यायन्ते व्यज्यते परा ॥ 53
3. पीनां च दुर्बला शक्तिं ध्यात्वा द्वादशान्तरे ।  
प्रविश्य हृदय ध्यायन् मुक्तः स्वातन्त्र्यमाप्नुयात् ॥ 54



धारणा - 32

स्थूल , सूक्ष्म एवं परात्मक रूप में विद्यमान भुवन एवं अध्वादि रूप से इस सारे जगत् का निर्माण हुआ है और ये सारे जगत् में व्याप्त है योगी इनमें भावना का तब तक ध्यान करता रहे जब तक मन हृदयाकाश में विलीन हो जाये ।

शैवागमों में भुवनाध्व=भुवन, तत्त्व, कला , मन्त्र, पद एवं वर्ण को छेडध्व कहा जाता है यह वाच्य वाचक एवं शब्द और अर्थ का ही विस्तार है ऐसा वाक्य पदीयकार ने भी कहा है कि शब्द और अर्थ परावस्था में स्त्यानावस्था में अभिन्न रूप से विद्यमान रहते हैं । वाच्य और वाचक के भेद के अभाव में लोक व्यवहार क्यलना मुश्किल हो जाता है ।

“वाक्यपदीयकार सुस्पष्ट करते हुये लिखते हैं कि बिना शब्द के किसी भी वस्तु का ज्ञान नहीं हो सकता । वस्तु मात्र के ज्ञान की किसी न किसी शब्द से सम्पर्क रखा है । इस तरह परावस्था वाच्य वाचक का सम्बन्ध भेदात्मक दिखाई देता हुआ भी अभेदात्मक ही रहता है केवल जानने वाले के बोध पर निर्भर करता है ।”

1. भुवनाध्वादिरूपेण चिन्तयेत् क्रमशोऽस्मिन् ।

स्थूलसूक्ष्मपरस्थित्या यावदन्ते मनोलयः ॥ 55

नतोऽस्ति प्रत्ययो लोकेयः शब्दानुगमाहते ।

अनुविद्धमिव ज्ञानं सर्वं शब्देन भासते ॥ - वाक० पदी० 1/123





धारणा - 33

छाँड़ध्व प्रकृति से ही इस समस्त विश्व की रचना हुई है इनमें भुवन , तत्त्व , कला, वाच्य है और प्रकाश स्वरूप है जबकि मन्त्र मद एवं वर्ण वाचक रूपेण तथमशक्तिमक है जबकि प्रकाश और विमर्श को ही शिव का रूप माना गया है । यही शिव सारी रचना करके सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड में शब्दार्थ रूप में विद्यमान है । जैसे दो अरुणियों के मन्थन से वाक् की उत्पत्ति होती है वैसे उन्मेषा एवं निमेषा से शिव तारे जगत् की रचना करते हैं । अतः इस छाँड़ध्वमय जगत् का स्वरूप शिव के स्वरूप से भिन्न कुछ भी नहीं है । इस प्रकार चिन्तनशील ध्यानरत योगी के अन्तःकरण में महान् भैरव का उदय हो जाता है अर्थात् स्वयं प्रकाश जागृत हो जाता है । जिसके विषय में तन्त्रालोके में अभिनवगुप्त ने भी कहा है कि इस वाच्य वाचकात्मक रूप से अवस्थित अभिन्न सम्बन्ध रखने वाला साधक इस छाँड़ध्व का आश्रय लेकर महोदय अवस्था तक पहुँच सकता है स्वरूप, साक्षात्कार कर लेता है ।

धारणा - 34

हे देवि = साधक इस विश्व का शून्य रूप जानकर चिन्तन करे और उसी शून्यालय में मन को क्षिप्त करके लीन कर दे उसी में लीन होने से परमतत्त्व में लीन होने का वह साधक भागी बनता है ।<sup>2</sup>

- 
1. अध्वस्य सर्वस्य विश्वस्य पर्यन्तेषु समन्ततः ।  
 अध्वप्राकृत्यया तत्त्वं शैवं ध्यात्वा महोदयाः ॥ 56 ॥  
 आसर्वित्तत्त्वमाबाहयं योऽयमध्वा व्यवस्थितः ।  
 तत्र तत्रोक्तं रूपं स्वं स्वातन्त्र्येण भासयेत् ॥-त० लो० अ०-१२, श्लो०-४
  2. विश्वमेतन्महादेवि शून्यभूतं विचिन्तयेत् ।  
 तत्रैव च मनो लीनं ततस्तल्लय भाजनम् ॥ 57



धारणा - 35

दीवालों से दृष्टि हटा करके घट के मध्य शून्य स्थान में साधक को दृष्टिपात करते हुये मन को विशेष रूप निक्षेप करना चाहिये ऐसी मन की तल्लीन अवस्था को प्राप्त योगी तत्क्षण ही अपने परम चरम लक्ष्य में तल्लीन विलीन हो जाता है ।<sup>1</sup>

धारणा - 36

वृक्षादि रहित मरु भूमि में पर्वतों के शिखर एवं दीवालों पर मन को विशेष रूप से स्थापित करे इनमें विलीन हुये मानस वाला साधक सभी वृत्तियों से क्षीण होकर चमोत्कर्ष लक्ष्य को प्राप्त कर लेता है उत्पन्न कर लेता है ।<sup>2</sup>

धारणा - 37

दोनों ही प्रकार के द्वंद्वात्मक नाम को एक साथ छोड़ता हुआ साधक मध्यमार्गी बने राग - द्वेष के मध्य, सुख दुःख के मध्य उदासीन भाव का आश्रय ग्रहण करे । एक साथ दोनों को त्याग करके जो मध्य में अवस्थित हो जाता है वह तत्त्व को प्रकाशित करता है ।<sup>3</sup>

1. घटादि भजने दृष्टिं भित्ती स्त्यक्तवा विनिक्षिपेत् ।  
तल्लयं तत्क्षणाद् गत्वा तल्लया तन्मयो भवेत् ॥ 58
2. निर्बुद्धागिरिभित्थादिदेशे दृष्टिं विनिक्षिपेत् ।  
विलीने गान्ते भावे वृत्तिक्षीणे प्रजायते ॥ 59
3. उभयोर्भावयोश्चाने ध्यात्वा मध्यं समाश्रयेत् ।  
युगपच्च द्वयं त्यक्तवा मध्ये तत्त्वं प्रकाशते ॥ 60



गोता का उपदेश भी है कि जो दुःख सुख में सम रहता है एवं प्रिया प्रिय मिट्टी पत्थर सोने को समान मानापमानादि तुल्य मानता है अभिमान रहित है वही गुणातीत है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 38

न्ययत = अन्तर्हित कभी न देखे गये ॥ विलक्षण ईशवरीय रूपों में अर्थात् अपने ऊपर देव आदि ध्येय पदार्थों में मन को योगाभ्यास से स्थापित कर लेने से ध्याता और ध्यान के मध्य केवल ध्येय में चित्त को स्थिर रखे हुये ध्याता ध्येयाकार होकर फिर कभी उन्मुख नहीं होता जैसे पवन रहित स्थान में जलगात्र आदि पदार्थों के समान स्थिर रहना अर्थात् स्थिर रहता है ऐसे ही ध्येय में रत योगी भी योगाभ्यास से परम विकास की गति को प्राप्त कर विकसित हो जाता है ।<sup>2</sup>

न्ययत का अर्थ निमग्नता है अपने आपको भूलना है ऐसा तैत्तिरीय आदि उपनिषदों में एवं ब्राह्मण ग्रन्थों से भी ज्ञात होता है ।<sup>3</sup>

1. सम दुःख सुखः स्वस्थः समलोष्टाश्मकाज्जनः ।  
तुल्यप्रियाप्रियोधोरस्तुल्य निन्दात्मसंस्तुतिः ॥  
मानापमानयोस्तुल्यस्तुल्यो मित्रारिपट्टयोः ।  
सर्वस्मिन्भवारत्यागी गुणातीतः स उच्यते ॥ - 14/24-25
2. भाषेन्न्ययते तन्मूढा विन्नैव भावान्तरं ब्रजेत् ।  
तदातन्मध्य भाषेनविकसत्याति भावना ॥ 61
3. न्ययति निमग्नं विस्मृतम् ॥ तै० सं० 1/5/2/4 ॥ सायण भाष्यः



पञ्चदशी के अनुसार जो ध्याता ध्यान से हट कर केवल ध्येय में ही मन लगाता है वही वास्तव में समाधि अवस्था होती है ।<sup>1</sup>

आभनव गुप्त कहते हैं कि अनवच्छिन्न वैसर्गिक धाम के नाम से चित्त उसी प्रफुल्ल दशा में प्रवेश करता है ।<sup>2</sup>

जकीक देवराज ने स्पन्दतन्त्र में कहा है कि जो एक तत्त्व केवल ध्येय की ही चिन्ता से जुड़े हुये हैं वही वास्तव में समाधिस्थ योगी कहलाते हैं ।<sup>3</sup>

#### धारणा - 39

अपनी देह में और अने से रहित जगत् व्याप्त सभी देह देहान्तरो में चिन्मात्र की ही भावना करे । ऐसे सोचे कि सर्वत्र चिन्मात्र ही भासित हो रहा है । एक साथ ऐसी भावना को मन से केन्द्रित करते हुये हृदयाकाश में परम कल्याण जीवन्मुक्त भगवान शिव का उदय हो जाता है । स्पन्दकारिका भी इसी संदर्भ में स्वकीय मत प्रस्तुत करती हुई कहती है कि जिसकी ऐसी संवित्ति ऐसा ज्ञान है कि वह सारा जगत् खिौना है वह ऐसा ध्यान करते हुये निश्चित ही जीवन्मुक्त हो जाता है ।<sup>4</sup>

- 
1. वादक पदानुक्रमकोश ।। वि-पे. ५४८-६७
  2. ईहक्तादुक्प्रायप्रशमोदयभाव विलयपरिकथा ।  
अनवच्छिन्नं धाम प्रविशेद वैसर्गिकं सुभगः ।। अंतोलो० अ०-29, श्लो० 118-19
  3. एकचिन्ताप्रसक्तस्य. .... ।। -स्पन्दनिर्णय, श्लो० - 41
  4. सर्वदेहं चिन्मयं हि जगद् वा परिभावयेत् ।  
युगपान्नवर्गिकलोचनममला परमोदयः ।। 62  
इति वा यस्य संवित्तिः क्रीडात्वेनारंभं जगत् ।  
संपश्यन् सततं युक्तो जीवन्मुक्तो न संशयः ।। -स्प०कारि० - 62-63





शिवसूत्र भी अपशुता की प्राप्ति के लिए इसी भाव को व्यक्त करते हुये कहते हैं कि शुद्ध तत्व के अन्वेष्टन से पशुत्व का नाश एवं अपशुता का प्राप्ति होती है पशुत्व छूट जाता है ।

धारणा - 40

अखिल जगत् एवं अपनी देह दोनों में अपने ही रस से परिपूर्ण भरा हुआ जाने एक साथ दोनों में अपने अमृतरस की अभिव्यक्ति करने से परानन्द = परमआनन्द शिवानन्द मय हो जाता है ।

इसी को पूर्व में श्रुति ने भी गाय है - यह सारा जगत् आनन्द से ही उत्पन्न हुआ है , आनन्द से उत्पन्न हुये हैं और जीव जीवित है और पुनः आनन्द में ही प्रवेश कर जाते हैं ।

शिव सूत्र के अनुसार भी लौकिक आनन्द भी एवं स्वाभ्यन्तर प्रकाश ही समर्पि का परम सुख है ।

- 
1. शुद्धतत्त्वानुसन्धानादाऽपशुर्मुक्तिः ॥ - शिवसूत्र ३० - १, सूत्र - १६
  2. सर्वं जगत् स्वदेहं वा स्वानन्दोभारितं स्मरेत् ।  
युगपत् स्वामृतेनैव परानन्दमयो भवेत् ॥ ६३  
आनन्दाद्वैव खल्विमानि भूतानि जायन्ते, आनन्देन जातानि जीवन्ति,  
आनन्दं प्रयन्त्यभिसंवर्शन्ति ॥ - तै० उ० ३/९  
लोकानन्दः समर्पिसुखम् ॥ - शिवसूत्र ३० - १, सूत्र - १८



आभ्यन्तर हृदय स्थान और बाह्य द्वादशान्त में प्राण एवं अपान को संयोजित करता हुआ योगी इन पर नियन्त्रण पा ले और साथ ही शून्याकार निर्विकल्प अवस्था का ध्यान करता रहे । जब उसे दोनों वायु भिन्नता को छोड़ चुके हैं और एकसम गतिमान है ऐसा लगे तब उसमें समत्व की स्थिति उत्पन्न होती है वह दोनों को समान समझता है जिससे उसमें प्रबोध उत्पन्न हो जाता है और वह ब्राह्मण चाण्डाल - हाथी चिंटी को भी समान देखने लगता है । ऐसा ज्ञान उत्पन्न हो जाता है ।

इसी समत्व की भावना को विकसित करते हुये अभिनव गुप्त कहते हैं कि समता को प्राप्त योगी परम सिद्धि को प्राप्त कर लेता है ।

महेश्वरानन्द ने तो उस अवस्था की नींव तक खोल दी है जिसमें समत्व की परते खोलते हुये लिखी हैं जगत् के सभी भावों, वृत्तियों, दृष्टियों, द्रव्यों भूमियों ओषधियों ॥ योगिनियों ॥ देवताओं और वर्णों में सब तरह से एक सी दृष्टि समता कहलाती है । इसी को वेदों ने नेति नेति गाया है जो भी चराचर जगत् में दृश्य मान में उन सब में मैं शिव ही हूँ । गीता में भगवान श्री कृष्ण कहते हैं कि ज्ञान सम्पन्न साधक ब्राह्मण - गौ, हाथी, चाण्डाल और कुत्ते में समान देखता है और जो समत्व की भावना रखता है वही मोक्ष प्राप्त करता है ।

1. वायुद्वयस्य.....भाजनम् ॥ 64  
समता सर्वदेवानामोवल्लोमन्त्र.....यतः ॥ तं ० लो ० अ ० ०-4  
श्लो ० 274-275  
समता.....चैव सर्वशः ॥  
भूमिकानां च .....चैव सर्वशः ॥  
॥ महार्थ मंजरी , पृ ० - 168 ॥  
विद्याविनयेसम्पन्ने ब्राह्मणे गवि हस्ति नि ।  
शूनि चैव श्वपाके च पाण्डिता समदर्शनः ॥ -गीता 5/18



धारणा - 42

हे मृगेक्षणे । जैसे जादूगर अपनी जादुगरी से ॥ कूहन विद्या से ॥ अनेक प्रकार के नाटकों को दर्शाता हुआ जनता जनदिश को आश्चर्य चकित करता है वैसे ही योगी साधक भी परमानन्द में गोते खाता हुआ अपने ही आनन्द में विभोर इस जादुमय जगत् को देखता हुआ परमतत्त्व को अन्तः करण द्वादशान्त में प्रकाशित कर लेता है ।

धारणा - 43

तदनन्तर वह सभी प्राणापान के आवगमन के स्रोतों को एवं विषयों से वृत्तियों को बन्धकरत से मन को स्थिर करता है और प्राणापान प्राण = शुद्धतत्त्व शिवस्वरूप एवं शक्ति = अमान जीव शक्ति को शनैः - शनैः ब्रह्मरन्ध्र की ओर अग्रसर करता है तदनन्तर उसके द्वारा प्राणापान को रोककर सुषुम्ना में व्याप्त ध्यान को अनाहत कुण्डलिनी को जब ऊर्ध्वरेता करता है तो उसे शरीर पर किसी चिंटी के चलने जैसा सुख स्पर्श होता है जिससे उसे शनैः-शनैः परम सुख का लाभ जो जाता है ।

इसी विषय में महर्षि पतञ्जली जी ने प्राणायाम की चर्चा के अन्तर्गत सूत्रों के माध्यम से स्पष्ट किया है कि श्वास प्रश्वास की गति को विच्छेदित करना ही प्राणायाम कहलाता है और परम प्राणायाम वह है जिसमें आपूर्यमान स्वयं प्रकाशस्वरूप प्राण शनैः शनैः अन्तः करण में ही मूलाधार से लेकर ब्रह्मरन्ध्र

1. कुहनेन प्रयोगेण सधरव मृगेक्षणे । समुदाति महानन्दो येन तत्त्वं प्रकाशते ॥ 65
  2. सर्वस्रोतो.....सुखम् ॥ 66
- श्वासप्रश्वासयोगातिविच्छेदः प्राणायामः ॥ - प० यो० द० पा० 2/सू०-49



तक चलायमान होता है जिसकी गति को योगी लोगों द्वारा काल की संख्या में चलता हुआ देखा जाता है यही मुक्ति मार्ग का परम साधन है परम सुखकारी भी है ।<sup>1</sup>

#### धारणा - 44

वहिन एवं विष्णु के मध्य में मन को सुखमय स्थिति में क्षिप्त करे । केवल वायु को भर कर सुषुम्ना में परमानन्द द्वारा चित्त को विकसित करता हुआ परम सुख को प्राप्त करे ।

वहिन का अर्थ - ऊर्ध्वस्थ ऊर्ध्वमुखी ब्रह्मरन्ध्र में सहस्रारचक्र में वायु को पूरित करे । विष्णु = अधोमुखी सहस्रार चक्र है दोनों के मध्य में चित्त को सुखमय बनाकर परमगीत को प्राप्त करे ।<sup>2</sup>

#### धारणा - 45

शक्ति के संग ॥ स्त्री के संग ॥ से बुद्धि एवं मन, आत्म-देह, प्राणापन शक्ति=प्राण, संग = अपान के सामरस्यता भोग से संक्षुब्ध उत्तेजित हुई आनन्दावस्था की सम्प्राप्ति से जो विशेषानन्दानुभूति होती वह वास्तव में आनन्ददायक मानी गयी है । जो सुख ब्रह्मानन्द की प्राप्ति से प्राप्त होता है वही सुख स्वयोजिता के आलम्बन से प्राप्त होता है । परन्तु इन शब्दों का वास्तविक भाव जीव और

परमात्मा के संग से है ।<sup>3</sup>

- बाह्याभ्यन्तरस्तम्भवृत्तिर्देहकालसंख्याभिः परिरुद्धो दीर्घसूक्ष्मः ॥  
- पा० यो० द० पां - 2, सू० - 50
1. .... युज्यते ॥ 67
  2. .... स्वाक्यमुच्यते ॥ 68
  3. ....





धारणा - 46

जैसे प्रेमी प्रेमिनी के ॥ भार्या के ॥ अधरों को चूमने ॥ आस्वादन ॥ अंगों को मसलने अंगों को आलोडने एवं विशद रूप से काम विधि का यथार्थ ज्ञान रखते हुये तरह-तरह के हाव भाव प्रदर्शित करता हुआ एक बार जो आनन्द लेता है तब उस आनन्द का स्मरण जैसे दूरस्थ प्रेमी को तुरन्त स्मरण दिला कर आह्लादित कर देता है । वैसा ही आनन्द शक्ति प्राप्त साधक को भी मिलता है जिसे कभी-कभी शक्ति का अभाव सा प्रतीत होता है और पुनः शक्ति को प्राप्त कर लेने पर वह साधक आनन्द से सराबोर संप्लवित होना है । यह निश्चित ही परमानन्द को प्रदान करता है ।

धारणा - 47

बहुत देर काल के बार प्रेमियों बांधवों से मिलने से जो महान् आह्लादित कर देने वाला आनन्द मिलता है वही आनन्द ब्रह्मतत्त्व के ध्यान करके ब्रह्म तत्त्व को प्रकाशित ॥ उत्पन्न ॥ कर लेने से भी होता है जिससे साधक तन्मना हो जाता है । उसे ब्रह्म के अतिरिक्त कुछ भी दिखाई नहीं देता ।<sup>2</sup>

- 
1. लेह नामन्यनाकोटैः स्त्री सुखस्य भरात् स्मृतेः ।  
शक्त्य भावेऽपि देवेशि भवेदानन्द संप्लवः ॥ 69
  2. आनन्दे महति प्राप्ते कृष्टे वा बान्धवे चिरात् ।  
आनन्दमुद्गतं ध्यात्वा तल्लयते तन्मना भवेत् ॥ 70



जैसे मनुष्य खान-पान और षड रस युक्त व्यञ्जनों के आस्वादन से प्रसन्न होता है पारिपुष्ट होकर जम्भाई अंगुडार्डियां लेता है वैसे ही ऊर्ध्वमुखी एवं अधोमुखी सहस्रार चक्र के मध्य में जब साधक प्राण वायु को पूरित कर लेता है भर लेता है सुखमना का विकास कर स्थिर हो जाता है तो उसे भी उपरिर्लिखित सभी खान पान जैसे प्राप्त आनन्द से भी परम श्रेष्ठ ब्रह्मानन्द प्राप्त होता है । इस विषय को भट्ट नारायण विवेचित करते हुये लिखते हैं कि जो त्रैलोक्य में प्राप्य भावों में आनन्द है या शून्याद पदार्थों में आनन्द अभिव्यक्त होता है वह किञ्चन मात्र है वस्तुतः शून्य की प्राप्ति से जो आनन्द उत्पन्न होता है वह भव सागर को तारने वाला आनन्द है ।

गीतार्दि विषयों के आस्वादन से जो एकात्मक परम सुख प्राप्त होता है कभी तार ऊपर जा रही है कभी मन्द्र नीचे आ रही है और कभी से तार और मन्द्र को बुलाता हुआ राग मध्य में लयबद्ध हो जाता है और श्रोताओं को आनन्द विभोर करता है वैसे ही साधक का मन भी साधना में लीन होने के पश्चात् उछलता छूटता नीचे ऊपर छलंगि लगाता हुआ मन को आरुढ़करता हुआ आत्माराग हो जाता है ।<sup>2</sup> इसी के संक्षेप के अनुरूप अभिनवगुप्त भी लिखते हैं वैसे ही मधुरगीत मधुर स्पर्श एवं चन्दनार्दि का स्पर्श से हृदय में स्वतः स्पन्दन होने लगता है ।<sup>2</sup>

1. जग्धिपान ..... भवेत् ॥ 71  
 2. गीतार्दि ..... मनोरुदेस्तदात्मता ॥ 72  
 तथाहि ..... स्पन्दमानता ॥  
 -तं० लो ० अ० ३, श्लो ० - 209



धारणा - 50

कां कां भी मन को जाकर सन्तोष प्राप्त होते वहीं-वहीं साधक को धारण करे वहीं वहीं सर्वत्र परमानन्द ने ही अपने आन को परिवर्तित किया है ऐसा ध्यान करते हुये योगी सर्वत्र भगवान का ही वास निवास समझते हुये अपने आन को भी परानन्द के अनुरूप उसी के स्वरूप को प्रवर्तित कर लेता है । सन्तुष्टकारका भी कहती है कि जब सभी क्षोभ समाप्त हो जाते हैं तभी परमं भी प्राप्ति होता है ।

शिव धृष्टिकार सोमानन्द लिखे हैं कि मोक्ष ओझी में भी जो शिव स्वरूप की भावना करता है और वहीं सोये की यह काष्ठानि जड़ी-बूटियां रस युक्त फल तिम चर्क जल सबमें शिव ही शिव व्याप्त है इनसे अतिरिक्त कार्य नहीं है जो ऐसी भावना रखता है वह शिवमय हो जाता है ।

धारणा - 51

जब साधक साधनावस्था में स्थित हो जाता है तो बाह्य भाव से प्रलीत होता है कि उसे नींद आ रही है । यही वह अवस्था है जब योगी के हृदय में परादेवा का प्रकाशन हो जाता है । मन स्थिर हो जाता है । वास्तव में परमानन्द की चरमोत्कर्ष अवस्था है । निद्रा जाने से पूर्व एवं जागने के कुछ पल जो योगी के जड़ों की स्थिति होती है वही साधनारण्य की होती है ।

- 
1. यत्र-यत्र ..... सप्रवर्तते ॥ 73  
यदा क्षोभः प्रलीयत तदा स्यात् परमं वदम् ॥ स्प0का0, श्लो0 -9  
शिव भावन यौष्ठया बद्धे मन सि संतुते : ।  
कषष्ठ कु5याद्विष्टा द्वाप्त रसवच्छिद्वहेयता ॥-शिव0दु0-7, श्लो0 -47-48
  2. अनागतायां ..... प्रकाशते ॥ -शिव0भै0 - 74



### धारणा - 52

साधक को ध्यान के लिए प्रातः सूर्य में ध्यान लगाये रात को प्रज्वलित हुई चानल दीवाशिला के अग्र भाग में दृष्टि जमाकर साधना करे चित्त लगाये । इस क्रम से सूर्य एवं दीपक दोनों ही अन्ततः योगी के अन्दर ही प्रकाशित हो जाते हैं और योगी का स्वात्म स्वरूप प्रकाशित हो उठता है , जिससे अभेदात्मक ज्ञान की पराकाष्ठा को प्राप्त होता है ।

### धारणा - 53

इस धारणा में मुद्राओं का प्रयोग हुआ है । योगी को साधना में मुद्रायें भी अपेक्षित हैं । जिसका वर्णन करते हुये इस श्लोक में कहा गया है कि कंकाल मृत देह का पिज्जरा विशेष १ से दृष्टिपात करते हुये करडि. कणी मुद्रा को अपनाये, क्रोध से देखी क्रोधनी भैरवि मुद्रा से एव जीव से रक्त चाट रहा है पराशक्ति को देखे हुये स्वयं भी जिह्वा निकाल कर लाल वर्ण की करके, तथा खेचरी आकाश में व्याप्त खेचरी मुद्रा में अपनाये इन मुद्राओं के धारण से साधक पराशक्ति को प्राप्त कर लेता है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 54

पत्र - उन - मृगचर्म आदि मृदु १ कोमल १ आसनस्थ होकर हाथ और पाँव को निरक्षित करते हुये बैठना चाहिये इन्हीं आसनों को बिछाकर स्वास्तिक पद्मासन सिंहासन लगाकर गोदी मार कर सीधे हाथ रख कर बैठना चाहिये तथा

- 
1. तेजसा ..... प्रकाशते ॥ 75
  2. करडि. कया ..... प्रकाशते ॥ 76





प्रश्मदण्ड का आश्रय लेकर बैठे ताक शरीर के नीचे भाग का वजन नीचे और ऊपर भाग का ऊपर हो रहने लगे हुये स्थिति हुआ आसनस्थ हुये योगी को मति ॥ बुद्धि ॥ सत्य गुण सम्पन्ना हो जाती है जिससे उसे पूर्ण विश्रान्ति प्राप्त होती है ।

### धारणा - 55

कामल आसनस्थ हो करके योगी अपनी बाहों को अर्ध चन्द्राकार में कर अपना कांस पर १ कीट भाग पर १ टिका दे । काक्षित आकाश में उत्पन्न उस विश्रान्ति दशा में चित्त की एकाग्रता को बढ़ाने से यह मुद्रा सिद्ध हो जाती है जिसके सिद्ध होने से मन हृदयाकाश में लीन हो जाता है और योगी का स्वात्म स्वरूप परं शान्ति को प्राप्त होता है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 56

स्थूल - देह गेह घट पट आदि नाशवान् वस्तुओं पर योगी आचर्यमय दृष्टि से देखे और तुरन्त यह समझकर की यह नष्टीय है उन पदार्थों से दृष्टि हटाकर बादशान्त में ही स्थापित कर ऐसा करने से शिव को प्राप्त होता है ।<sup>3</sup>

- 
1. मृदासने तत्कैकेन हस्तपादौ निराश्रयम् ।  
निधाय तत्प्रसङ्गेण परामूर्णं मतिं भवेत् ॥ 77
  2. उपाधशयासने सम्यग् वायुं कृत्वा धृक्वाज्यतौ ।  
कक्षीयोऽग्निः मनः कुर्वन्ममायात तल्लघात् ॥ 78
  3. स्थूल रुपस्य भावस्य स्तब्धां दृष्टिं निपात्य च ।  
अचिरेण निराधारं मनः कृत्वा शिवं प्रजेत् ॥ 79



### धारणा - 57

मुख को खोल कर हस्तांतरित कर १ जिह्वा को मोड़ कर तालु में लगाये इसी के मध्य में चेतना को स्थापित करे अर्थात् ध्यान केन्द्रित करे । ऐसी मुद्रा बना लेने के पश्चात् मन से हकार रूमी प्राण का उच्चारण करे ऐसा करने से भी परं शान्ति में गवलीन हो जाता है । विवेक मार्तण्ड में स्पष्ट किया गया है कि मुख खोल कर तालु से जिह्वा का स्पर्श करके रहने से खेंचरी मुद्रा बनती है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 58

आसन पर बैठने पर , सोत हुये बैठते करके केवल निराधार की ही विशेष भावना करता हुआ योगी अपनी देह को मन में समाहित करे तदनन्तर अर्थात् क्षीण से परम क्षीणाश्रय परम शून्यालय में प्रवेश करता है । इसी के अनुरूप पाठ भागवत महामुराण में भी मिलता है जिसमें साध को चलते फिरते बैठते उठते सर्वत्र हर समय प्रभु का ही ध्यान एवं कल्पना करनी चाहिये ।<sup>2</sup>

### धारणा - 59

चलासन पर बैठते हुये की तरह आसतासीन हुआ योगी शनैः शनैः देह का परिचालन करे शरीर की हिलाता डुलाता रहे । ऐसा करते हुये मन में परम शान्ति को प्राप्त करता हुआ है दीप्त दिव्य आभा को प्राप्त कर लेता है परम प्रकाश स्वरूप भस्व को प्राप्त कर लेता है ।<sup>3</sup>

- 
1. मध्याजिह्वे ..... प्रलीयते ॥ 80  
 कपालकुंदरे ..... खेंचरी ॥ विवेकमार्तण्ड ॥  
 द्रष्टव्य ग्रन्था वि० १०, पृ० - 92
  2. आसने ..... क्षीणाश्रयोभवेत् ॥ 81
  3. चलासने ..... दिव्योद्यमाप्नुयात् ॥ 82



### धारणा - 60

भैरव की तरह ही समझे को सारे तत्व एवं सारा विश्व मूर्द्धा में ही ले उत्पन्न हुआ है यह सर्व जगत् भैरवाकार और उसी परम शून्य में लीन हो रहा है ऐसा चिन्तन करने वाला योगी तत्वों में परमतत्व प्रकाश को अपने में समाहित कर भैरव स्वरूप हो जाता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 61

जागर = शयन एवं सौष्टीप्त = ज्ञान विकल्प एवं अविवेक इन तीनों बाह्य तत्वों को प्रकाशित करते हैं ज्ञान भी केवल लोक का ज्ञान दाता है जबकि द्वैतदायी संकल्प विकल्प एवं विवेक तो गौण है फिर भी इनसे ऊपर उठता हुआ योगी इस सारे संसार का भैरव रूप जानता हुआ अनन्त अनन्त प्रकाश से अभूत ढक जाता है । श्रुति भी कहती है कि यह सारा विश्व ब्रह्म है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 62

जैसा कि सभी भैरव मन्दिरों में भैरव की मूर्ति के दर्शन करते हुये देखते हैं कि भैरव का वर्ण रूप बिल्कुल काला है जिहवा बाहिर निकली हुई है वैसा ही इस श्लोक में भी प्रतिपादित हुआ है ।

भैरव का रंगरूप अमावस्या की काली घोर काली अंध्यारी रात की तरह ही अत्यन्त काला है और योगी इसी तिमिरता में अंधकार में अमावस्या में साधना करते हुये भैरव को अवश्य प्राप्त करेगा ऐसा प्रबल मत प्रदर्शित किया गया है ।<sup>3</sup>

1. लीनं ..... प्रकाशते ॥ 83
2. किञ्चिज्ज्ञातं ..... श्रुत ॥ 84  
सर्वं खलिवदं ब्रह्म ॥ - छान्दोग्य 3/14/1
3. एवमेव ..... रूपमेव ध्यात ॥ 85



धारणा - 63

यदि अमावस्या से रहित रात में भी साधक अपने आगे अन्धेरा छाया हुआ है आँखें बन्द करके आसनस्थ होकर बैठे और यह देखे कि सर्वत्र बाल बिछेरे हुये जिह्वा बाहर निकाले हुये मेरे सामने केवल केवल भैरव ही स्थित है ऐसा साधक का मन भैरव को लीन हो जाता है ।

धारणा - 64

साधना में लीन योगी की जिस किसी भी इन्द्रिय से सांसारिक सम्बन्ध छूटने वाला व्याघात हो जाये उसमें अद्वय का प्रकाश उत्पन्न हो चुका होता है और उसी प्रकार यदि नहीं हो तो निरोधपूर्वक प्रकाशित करे ऐसा करते हुये साधक शून्य में स्थित हुआ उसी शून्य में अपनी आत्मा को प्रकाशित होता हुआ देखता है <sup>2</sup> ।

धारणा - 65

चिन्दु एवं विसर्ग से रहित महान अभ्युदयकारी अकार का जप करे इसी से हे देवि सहसा योगी के अन्तःकरण में महान प्रकाश का भैरव का ज्ञान से परिपूर्ण ज्ञान धन परमेश्वर का उदय हो जाता है । उसी से अद्वय की स्थिति में स्थित हो जाता है । तभी श्रुति में कहती है कि ब्रह्म एक ही है और अद्वयस्वरूप है । <sup>3</sup>

- 
1. एवमेव ..... भवेत् ॥ 86
2. यत्तु ..... प्रकाशते ॥ 87
3. अचिन्दुमविसर्गश्च ..... परमेश्वरः ॥ 88





### धारणा - 66

विदर्शन युक्त वर्ण के एवं विदर्शन रहित वर्ण के अनुसार ही चित्ति को जाने ।  
साधक ऐसा जाने कि यह चित्ति निराधार है और इस निराधार चित्त के द्वारा  
साधक शाश्वत ब्रह्म का स्पर्श कर लेता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 67

अपने आत्मा को व्योमाकार निराकार निराश्रित जाने एवं सभी  
दिशाओं से अनावृत अर्थात् सभी दिशयें इसी से ज्ञान गोचर हैं इस प्रकार यह  
आत्मा ही नहीं आत्मा रूप में स्थित चित्ति शक्ति निराश्रित है स्वयं प्रकाश  
है जो ऐसा ज्ञान रखती हैं वह अवश्य चित्ति शक्ति के दर्शनों का लाभ पाते हैं ।<sup>2</sup>

### धारणा - 68

किसी अंग में सुई की नोच चुबो देने से जैसे वही चित्ति शक्ति चेतना  
धरित हो उठती है उसी स्थान पर अपने मन को स्थिर करता हुआ योग निर्मल  
भरव लोक को प्राप्त करता है ।<sup>3</sup>

### धारणा - 69

चित्तवादाद तत्त्वों की इस शरीर में कोई सत्ता नहीं है इस प्रकार यह  
जानते हुये भी कि मेरा शरीर चित्त से युक्त है परन्तु ऐसी विपरीत भावना के  
करने से कि यह भी चित्त से युक्त नहीं है तब विकल्प की हानि होगी और हानि  
होने से मनुष्य विकल्प भावों से ऊपर उठता हुआ उन्मज्जन स्वरूप भरव को उदित  
करेगा ।<sup>4</sup>

- 
- |    |                     |                    |
|----|---------------------|--------------------|
| 1. | वर्णस्थ .....       | ब्रह्मसनातनम् ॥ 89 |
| 2. | व्योमाकारं .....    | दर्शयितुंदा ॥ 90   |
| 3. | किञ्चिद्ग. गं. .... | गतिः ॥ 91          |
| 4. | चित्राद्यन्तः ..... | भवेत् ॥ 92         |



### धारणा - 70

माया तत्त्व से मोहित कर जीव भेदात्मक स्थिति को प्राप्त होता है ।  
भेद दृष्टि का प्रसार करना मायाका धर्म है न कि चैतन्य का । इसी तरह कला  
तत्त्व का धर्म कुछ करना एवं विद्या तत्त्व का ज्ञान कराना है । इसी प्रकार से  
सभी तत्त्वों के अध्ययन में चिन्तन करने वाले योगी की स्थिति अलग से न रहकर  
अभेदात्मक हो जाता है वह विभेदकों को अपने परात्पर ज्ञान से काट डालता है ।  
इस तरह ऊपर उठता हुआ योगी बुद्ध, कूटस्था, सर्वोत्तीर्ण, स्वात्मस्वरूप में  
प्रतिष्ठित हो जाता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 71

योगी को चाहिये जो क्षण - क्षण बदलने के साथ ही साथ सत्ता इच्छाएं  
उत्पन्न होती हैं उन्हें तत्तक्षण वहीं उठते ही शान्त कर दे यहां से यह उत्पन्न  
हुई है वहीं वही यह लीन हो रही है ऐसा जानते हुये स्वात्म स्वरूप में प्रतिष्ठित  
हो जाता है लीन हो जाता है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 72

न ही इच्छा , ज्ञान एवं क्रिया मुझसे उत्पन्न हुई हैं और न ही मुझमें  
उनका कोई स्थिति हो है तो ऐसी स्थिति में मैं कौन हूं ? मैं तत्त्व ही हूं ऐसा  
विमर्शत्मक ज्ञान पैदा होता है जिससे साधक उसी तत्त्व में तन्मन लगाकर विलीन  
विश्रान्ति को प्राप्त भैरव से युक्त हो जाता है ।<sup>3</sup>

- 
1. माया ..... पृष्ठभवेत् ॥ 93
  2. ज्ञानाति ..... लीयते ॥ 94
  3. यदा ..... भवेत् ॥ 95



### धारणा - 73

इच्छा ज्ञान अथवा क्रिया , किसी के भी उत्पन्न होने पर या उनसे उन्मुखता पूर्वक चित्त को हृदयाकाश में ही निवेशित करे तथा आत्मा ही सब कुछ है ऐसा भावना को प्रबल बनाते हुये अनस्य चित्त से संलग्नित योगी को परम तत्त्व के दर्शन हो जाते हैं ।<sup>1</sup>

### धारणा - 74

हे प्रिये = सुनो यह सारा जगत् नाशवान् है निराधार एवं भ्रमात्मक वृत्ति स्वरूप है इस तरह ज्ञान भी निर्मित निर्हेतुक हो चाहिये वही ज्ञान वास्तव ज्ञान है वस्तुतः यह जगत् एवं वस्तु कुछ भी नहीं है इस तरह के भावों को रखते हुये वह साधक शिव स्वरूप हो जाता है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 75

चित् शक्ति ॥ चेतन ॥ का जो चित् स्वरूप धर्म है वही सभी देहों में अवस्थित है इससे अतिरिक्त विशेष कुछ भी नहीं है । वही चेतन मुझ में है और अन्य सब में भी है ऐसा भावना से आत प्रोत भवसागर को जीत लेता है ।

चित् के विषय को स्पष्ट करते हुये दुर्गा सप्तशति भी कहती है कि सकल जगत् में चित् शक्ति से ही व्याप्त है ऐसी विश्व व्यापिनी चित् शक्ति के चरणों में बार-बार नमस्कार है प्रणाम है ।<sup>3</sup>

1. इच्छायामथवा ..... दर्शनम् ॥ 96
2. निर्निमित्तं ..... प्रिये ॥ 97
3. चिद्वर्षा ..... भवार्ज्जनः ॥ 98



### धारणा - 76

काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मात्सर्य ये छः चित्तगत दोष हैं इनमें से किसी एक में योगी को धारणा प्रबल = दृढ़ करनी चाहिये ~~वे~~ उसी धारणा में उपशम ~~१~~ शान्ति ~~२~~ को प्राप्त हो जाते हैं इस तरह बुद्धि को इनसे हटाते हुये इन पर विजय प्राप्त करने के पश्चात् केवल ब्रह्म तत्त्व ही अवशेष रह जाता है अतः इस षड् और वर्ग पर योगी को विजय पाने के लिए सतत उद्योग करना चाहिये<sup>1</sup>।

### धारणा - 77

यह सारा संसार इन्द्रयात्रा ~~१~~ जादूगर की नगरी के समान ~~२~~ है जिसे चित्रकेतु ने अपने हाथों से चित्रित किया है अर्थात् कल्पनाशील है भ्रमादि दोषों के कुचक्रों में डालने वाला है इस प्रकार इसमें कोई वास्तविकता नहीं है ऐसा ध्यानरत साधक परम सुख को प्राप्त होता है<sup>2</sup>।

### धारणा - 78

साधक अपने चित्त को न दुःख में प्रविष्ट होने दे और न ही सुख से अनुराजित ही होने दे दोनों भावों को समान समझते हुये उदासीन स्वरूप समान भाव रखते हुये मध्य मार्गानुगामी बनते हुये जो सकल जगत् के नाश के बाद बचता है इसी परम भैरव का ध्यान एवं ज्ञान करे<sup>3</sup>।

- 
1. काम ..... तत्तत्त्वमर्शियते ॥ 99
  2. इन्द्रजालययं ..... सुखोदगमः ॥ 100
  3. न चित्तं ..... तत्त्वमर्शियते ॥ 101





धारणा - 79

अपने शरीर को हीन छोड़कर अस्तु सर्वत्र में ही व्याप्त हूँ यह सकल विषय मुझ से परिपूर्ण है ऐसी भावना अपने में मन पैदा करे । इसका दृढ़ता से मन के द्वारा दृष्टि डालने वाला परमेश्वर से आंतरिकत कुछ भी नहीं देखता है और जाने से आंतरिकत भी किसी को नहीं देखता है ।

धारणा - 80

व्याकाश में जो विज्ञान हुआ हुआ है वह कुछ अन्तर को छोड़ मुझमें भी समान भाव से वही भाव एवं विज्ञान है । जो शिव के इच्छा , ज्ञान एवं क्रियादि व्यापार है वही मेरे भी है । क्या ये सर्वत्र व्याप्त मुझ से उत्पन्न नहीं हुये हैं तो ओर किससे हुये हैं अर्थात् मुझ से ही उत्पन्न हुये हैं । साधक ऐसी भावना को तत्पर बनाता हुआ सर्वत्र व्याप्त हो जाता है । सर्वदिग्गोचरी बन जाता है ।<sup>2</sup>

धारणा - 81

ग्राह्य , ग्राहक जैसा ज्ञान सभी देह धारियों में तुल्य पाया जाता है । योगियों का सामान्यों से भिन्न होता है क्योंकि उनमें विशेष परत एवं प्रभु का परमांश जो व्याप्त होकर उनके ज्ञान को प्रकाशित कर रहा होता है अतः उन योगियों का विशेष होना स्वतः सिद्ध होता है ।<sup>3</sup>

- 
- |    |               |                |
|----|---------------|----------------|
| 1. | विद्यया ..... | भवेत् ॥ 102    |
| 2. | धृतादौ .....  | सर्वगः ॥ 103   |
| 3. | ग्राह्य ..... | सावधानता ॥ 104 |



धारणा - 82

अपनी ही तरह सभी के शरीरों को समझे अपनी पीड़ा के दुःख को अनुभव कर अन्य की पीड़ा का भी अनुमान लगाये । जितना ज्ञान एवं वैज्ञानिकता मेरे शरीर में व्याप्त है उतनी ही अन्य शरीर धारियों में भी निहित है । इस प्रकार के ज्ञान की अन्दर ही अन्दर तर्क से उद्धारोह से भावना प्रबल करे । कुछ दिनों में ही सर्वव्यापक परमात्मा इस शरीर को छोड़कर समस्त संसार में व्याप्त होने लगता है ऐसा सोचे । इसी अचिन्तन से साधक जीवन्मुक्त हो जाता है ।

जैसा कि विरूपाक्षपंचाङ्गिका में भी बताया गया है कि साधक को चाहिये कि अपने शरीर को तरह ही अन्य देहों में भी अपने तुल्य ज्ञान की भावना करे । ऐसा करने पर वह कुछ ही दिनों में सर्वव्यापक हो जाता है ।<sup>1</sup>

धारणा - 83

हे भुगनयान । मन को आधार तीन मान करके संकल्प विकल्प की बिल्कुल ही भावना न करे । तब योगी आत्मा को परमात्मा में विलीन कर दे वही आत्मा जब परमात्मा में विलीन कर दे वही आत्मा जब परमात्मा में विलीन हो जाता है तो वह भैरव कहलाता है । यही भैरव है ।<sup>2</sup>

1. स्ववदन्यशरीरेऽपि ..... भवेत् ॥ 105  
उत्कृम्य विश्वतो.....मृतो लोकः ॥  
विरूपाक्षपंचाङ्गिका, श्लो० - 5
2. निराधारं .....मृगलोचने ॥ 106



सभी भावा भाव पदार्थों का ज्ञाता सकल ब्रह्माण्ड का ज्ञान रखने वाला, सभी का रचीयता और सर्वत्र कण - कण में व्यापक विस्तृत रूपेण व्याप्त प्रभु है परमेश्वर ही है और वह परमेश्वर का परमांश स्वरूप में हूं ऐसी शैवधर्मी भावना से ओत-प्रोत होकर विश्वसनीय तौर पर साधक शिव हो जाता है ।<sup>1</sup>

धारणा - 85

जल और उसमें उर्मियां की तरह बहिन एवं उसमें निहित रूपानुगामी ज्वालाओं के समान सूर्य एवं उसमें निहित अभिन्न रूप से विद्यमान किरणों के सदृश मैं और भैरव हम दोनों एक ही है अर्थात् मैं भी उसी भैरव का हूं और इसी तरह विश्व रूपी किरणों भाग्यों का विशेष ज्ञान रखना चाहिये ।<sup>2</sup>

धारणा - 86

छूम - छूम कर अपने शरीर को ॥ घुरमुटाकार छूम कर ॥ जल्दी - से पृथिवी पर पड़ने से जो सहसा क्षोभ शान्त हो जाता है उसी क्षोभ चञ्चल शक्ति के विराम होने पर जो उपलब्धि होती है आभास प्रतीति होती है वही परा दशा को उत्पन्न करने योग्य है । और इसी से परा दशा उत्पन्न होती है ।<sup>3</sup>

धारणा - 87

आधार एवं शक्ति से हीन ॥ ज्ञान के विषय भूत पदार्थों में असामर्थ्य ॥ शक्तिहीन ॥ होने के कारण जो चित्त में लय उत्पन्न होता है अर्थात् अज्ञान के कारण जो चित्त का लय होता है और इसी के फलस्वरूप जो अनार्श्रित शक्ति में समावेश होता है उसी से क्षोभ में विराम लगता है और साधक भैरव स्वरूप हो

1. सर्वज्ञः ..... दाढयार्चिष्ठो भवेत् ॥ 107
2. जलस्येवोर्मयो ..... बिभर्षिताः ॥ 108
3. भ्रान्तत्वा ..... जायते दशा ॥ 109



जाता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 88

दे देता सुनो । अब मैं उस विविध परम्परा को बतलाने जा रहा हूँ  
जिससे कैवल्य की प्राप्ति होती है वह है स्तब्ध होकर सतत हर सम्भव अस्ति  
खोल कर अन्तःकरण में प्रभु के दर्शन करते रहना ऐसी अवस्था को भैरवि सुद्धा कहते  
हैं इससे सुद्ध तत्त्व को साधक त्वरितगति से प्राप्त कर लेता है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 89

कूपादि जैसे महान गहरे खड्डों में ऊपर खड़े होकर नीचे झाँकने से जैसे  
अचानक बदल धरता जाता है और कुछ काल के लिए स्तम्भित हो जाता है ऐसे  
सा विचलनभाव से राहत लेकर दृढ़ चित्त वाला साधक सतत अभ्यास से अपने चित्त  
में प्रकाश को प्रस्फुटित कर देता है ।<sup>3</sup>

### धारणा - 90

यहां-यहां भी मन जाता है जिसे-जिसे भी प्राप्त करता है बाह्यकाश  
में झूठाहरी शरीरों में झूठा अपने आन्तर में । वही-वही शिव अवस्था ही  
व्यापक होने से दृष्टिगोचर होता है फिर शिव के अतिरिक्त भला किसीको प्राप्त  
होगा । गीता में भी भगवान श्री कृष्ण कहते हैं कि यहां-यहां मन जो कि चञ्चल  
एवं अस्थिर है चलता है वही वही इसको नियामित कर आत्मा के वश में लाये ।<sup>4</sup>

- 
1. आधारेवधवाऽश्वत्था..... ऋगुः ॥ ११०
  2. सन्प्रदाय..... स्तब्धमात्रयोः ॥ १११
  3. कूपादिवे ..... सद्यश्चित्तलयःस्फुटम् ॥-वि०भै०-११२
  4. यत्र..... कथं यास्याति ॥ -वही - ११३
- यत्तो ..... वंश नयेत् ॥ गी० ६/२६





### धारणा - 91

यहां-यहां भा चित्त आंख के मार्ग से जिस किसी को देखना चाहते हैं वहीं-वहीं चैतन्य युक्त चैतन अवस्थित है ऐसे भावों को व्यक्त करें उसी विषय व्यापक विभु के सन्मात्रा रूप का यह चित्त तत्त्व धर्म होने से उता में जान ली जाता है । इसकी आत्मा परमानन्द से भर जाती है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 92

॥ छिक्का ॥ छींक आने के बाद, भय से, शोक से व्याकुल मन के होने से , प्रथमतः गुहादि में प्रवेश से डर लगने से मन की स्थिति एवं रण छोड़ का भागने इन सबसे आंतरिक अत्यधिक भूख लगने के बाद भर पेट भोजन एवं कुतूहल छोर मचाने या किसी आश्चर्य मय घटना के घटने के बाद जो मन की क्षण भर के लिए स्तब्ध कारी सत्ता बनती है बिल्कुल परिशुद्ध ऐसी ही सत्ता के समीप एवं तुल्य ब्रह्म प्राप्ति की सत्ता कही गयी है । सन्मार्गाकार में भी इनमें से कुछ का तुल्यात्मक पाठ मिलता है जैसे कि 'अति क्रुद्ध एवं प्रहृष्ट व्यक्ति का मन कुछ क्षण के लिए रुक जाता है तब उसे उसको ईश्वर प्राप्ति के लिए पकड़ लेना चाहिये ।'<sup>2</sup>

---

1. यत्र ..... भरितात्मता ॥ वि० भ० ॥ 4

2. कृतार्थन्ते ..... समीपगा ॥ - वही - ॥ 5

अति क्रुद्धः प्रहृष्टो वा ..... स्प० कारि० श्लो० 22



धारणा - 93

त्वर्ध्नात् वस्तुविमानं कसो स्थान या वस्तुओं में से साधक अपनी धृष्टि हटा लेता है ऐसा लगने लगे कि मैंने इन्हें कभी पूर्व में देखा ही न हो ऐसा करता हुआ धृष्टि चुराता हुआ साधक अपने शरीर को निराधार आधारहीन करके प्रभु में प्रसारित करता है ।<sup>1</sup>

धारणा - 94

हे देवि । कुछेक वस्तुओं के ढेर लगाकर उन पर दृष्टिपात करे और शनैः शनैः अतात्त्विक जानकर दृष्टि हटा ले इससे जो ज्ञान उत्पन्न होता है उसके साधक चित्त में हृदयान्त में प्रविष्ट हो जावे ।<sup>2</sup>

धारणा - 95

भावत रस के उद्रेक से या परम वैराग्यता के उत्पन्न होने से जो बुद्धि निश्चयारण्यक सभा से विरलता का भाव रखती हुई बनती है वही बुद्धि शक्तिः शक्तिरी कहलाता है और तदनन्तर शिवात्मक भावना से ओतप्रोत रहती है ।<sup>3</sup>

- 
1. वस्तुषु ..... प्रभुः ॥ वि० भ० - ॥ 6
  2. कश्चिद्वस्तुनि ..... भवेत् ॥ ॥ 7
  3. भक्त्युद्रेकाद् ..... शिवः ॥ - वही - ॥ 8



समा तो कर्म० गुरु में कहा गया है कि है शिव आत्मा तुम हो और  
निराकार धृष्ट हैं ।

स्तवोच्चोत्तमागण में भी कहा गया है कि है शिव ॥ भव ॥ आपकी  
भी का कल्प वृक्ष के तुल्य है और अणिमादि सिद्धियों की प्राप्ति , सदाशिव  
प्रभुत्व का ऐश्वर्य गुणित ये सब कल्प वृक्ष के पत्तों के तुल्य हैं । जैसे कल्प वृक्ष  
समा उच्छाओं को पूर्ति करता है वैसे ही आपकी भक्ति है ।<sup>1</sup>

#### धारणा - 96

वस्तुओं के भीतर तक जान लेने से जैसे मनुष्य ने उसके सूक्ष्माति सूक्ष्म  
अणु शून्य रूप समाहित हो जाते हैं और धीरे - धीरे शून्य ही शेष रहता है ।  
उसी शून्यता का आश्रय लेकर मन में ध्यान करके ज्ञान रखने वाला ज्ञानी भी  
परमात्म शान्ति को प्राप्त हो जाता है ।<sup>2</sup>

#### धारणा - 97

कुछ सीमित ज्ञान एवं सीमांत स्मृति जो रखी हैं जैसे शौच अशौच  
सम्बन्धी, यज्ञ यागादि सम्बन्धी यह सब की सब भगवान् शम्भु के दर्शन के लिए  
अनपेक्षित है इनसे शम्भु के दर्शन नहीं हो सकते जो शौचाशौच से रहित होकर अपने  
शरीर का वास्तविक ज्ञान न रखी हुये केवल प्रभु के ही निर्विकल्पक स्वरूप का ध्यान  
करते हैं उन्हें ही परम सुख प्राप्त होता है वही परम पद प्राप्त करते हैं ।<sup>3</sup>

1. आत्मात्वं ..... स्मृति  
संचार.....तवाराधनाम् ॥  
कर्म० गुरौ.....भवद्भक्तिकल्पपादपल्लवाः ॥  
- स्तवोच्चोत्तमागण, श्लो० - 55
2. वसुधवन्तरे ..... प्रशाम्यति ॥ वि० भ० - 119
3. किञ्चि ..... सुखी भवेत् ॥ 120



मातृजी तबजय तन्त्र में भी बताया गया है कि यह शुद्ध है अमुक अशुद्ध, यह भूया भूय है यह निमित्त है विधान है ॥ यह निमित्त है यह सब तार्त्विक न होकर साक्षात्क जीवन जैसी का विधान मात्र है अस्तुतः साधक का इनसे कोई सम्बन्ध नहीं होता उसका सम्बन्ध केवल परमार्थ से है जिस तरह से रहकर उसे मिले वही सर्वश्रेष्ठ साधन है विधान है ।

### धारणा - 98

सभी प्रार्थनों में एवं सर्वत्र स्थानों में भैरव ही अपनी लीला का विस्तार करके सूक्ष्मातिसूक्ष्म अयुक्त में प्रविष्ट है और उनसे अतिरिक्त परे कुछ भी नहीं है ऐसा भाव रखने वाले साधको का चित्त भैरवाकार हो जाता है जिसे अक्षयपाद का गीत भी कहते हैं । अक्षय की प्राप्ति निश्चित ही हो जाता है ।

### धारणा - 99

शत्रु मित्र में समानता रखे न कोई मित्र है न शत्रु ही है जितना आनन्द मान में उतना आनन्द अधमानना ॥ अपमान ॥ में भी आ रहा है ऐसे ब्रह्म ज्ञान से सम्पन्न ब्रह्म ज्ञान के परिपूर्ण हो जाने से और इस प्रकार जान करके साधक परम सुखी होता है । इसी भाव को गीता में भगवान श्री कृष्ण जी ने कुछ इस प्रकार स्पष्ट किया है कि जो मानापमान एवं मित्र शत्रु में तुल्य भाव रखता है वही गुणातीत कहलाता है ।

1. नात्रशुद्धिर्न ..... लिङ्. गुणार्णविकं न च ॥ 74  
न चापि ..... संग्रह ॥ 75  
तथाहं सर्वमेवात्र प्रातर्द्धिमधाविजा । ..... विधीयते ॥ 78  
तत्त्वे येतः ..... तथैव समाचरेत् ॥ 79  
-मातृजी विजयतन्त्र, पटल - 18  
सर्वत्र ..... परोऽस्तीत्यद्वयार्गतः ॥-T40B0 121  
समः ..... सुखी भवेत् ॥ - वही- 122  
मानापमाना ..... गुणातीतः स उच्यते ॥ गीता 10-14 श्लो 6-25









### धारणा - 102

नित्य, आश्रयराहित निराश्रय शून्य - व्यापक और इयता से रहित अर्थात् कलनोज्ज्वल ज्ञानार्जन जिससे साधक उभर कर ऊपर उठते हैं अभ्यन्तर आकाश एवं बाह्याकाश में अपने मन को स्थिर करके साधकगण आकाश रहित उस परमधाम को प्राप्त करे उसी निराकाश को प्राप्त कर उसी में समाहित होवे ।<sup>1</sup>

### धारणा - 103

यहां-यहां भी मन चञ्चल होकर जाता है वही-वही से तत्क्षण साधक उसके पंख काट कर निस्तरङ्ग करके मोड़ कर अन्दर ही स्थिर करे ऐसा करने पर मन निस्तरङ्ग हो जाता है उसके पश्चात् परमैश्वर की समापत्ति होती है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 104

भय से जो रचना कराता है , पालन करता है , रक्षा करता है एवं संहार भी कराता है जो सर्वत्र अखिल ब्रह्माण्ड में व्याप्त है यह भैरव है और भैरव शब्द से ज्ञान प्राप्त करना चाहिये इसी को सन्त महात्मा निरन्तर शिव शिव का उच्चारण करते हुये जप करते हैं ।<sup>3</sup>

1. नित्ये निराश्रये शून्ये व्यापके कलनोज्ज्वले ।  
बाह्याकाशे मनःकृत्वा निराकाशे समाविषेत् ॥ वि०भै० - 125
2. यत्र-यत्र मनो याति तत्तत् तेनैव तत्क्षणम् ।  
पारत्यज्यानवस्थित्या निस्तरङ्गस्ततोभवेत् ॥ - वही - 126
3. भया सर्वं ह्यति सर्वदो व्यापकोऽखिले ।  
ज्ञात भैरव शब्दस्य सन्ततो व्यापकाच्छिवः ॥ - वही - 127

Page 111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

स्वतः अनुस्यूत होने वाली इदं अहं यह में की प्रतिपत्ति से जो ऊपर उठता हुआ मन को निराधार में लगाता है इसी की प्रेरणा से साधक सबसे शान्ति भाव रखता हुआ प्रेम करता है और सबको इस परम कल्याणकारी शान्ति स्वरूप धारणा को प्रेरणा देता है ।

जैसे श्रुति कहती है कि मनुष्य अपनी इच्छाओं की पूर्ति के लिए सबसे प्रेम करता है । आगे कहती है कि न यह संसार ही कुछ है और न इसमें किसी प्रकार का कोई सत्ता ही है । वेदान्तो भी कहते हैं कि मनुष्य में ऐसे अनेक भाव उत्पन्न होते हैं कि मेरा स्थिति सदा बनी रहे, ऐसा न हो कि मैं कभी न रहूं, ऐसा प्रेम मनुष्य में देखा जा सकता है । इससे बढ़कर और कोई प्रेम नहीं है अतः आत्मा को परमानन्द स्वभाव मानना पड़ता है ।

स्तोत्रावली में कहा है कि हे स्वतन्त्र प्रभु आप ही प्रत्येक पुरुष की आत्मा है जिससे पुरुष अपनी आत्मा से अनुराग रखता है जो भक्त इस तरह के अनायास फूटने वाले भावों को जान लेता है वह संसार को जीत लेता है ।

1. अहं मेरेरान्त्यार्थिदप्रतिपत्तिप्रसङ्गः ।  
 निराधारे मनोधाति तद्वयानप्रेरणाच्छमी ॥ - वि० ३० - 127  
 आत्मानस्तुकामाय सर्वं प्रियं भवति ॥ वृ० उप० 2/4/5  
 नेह ना नास्त किञ्चन ॥ - बृ० उप० 4/4/19  
 मा न भुवं हि भूयसिमात प्रेमात्मनीक्ष्यते ।  
 अतस्तत्परमं तेन परमानन्दतात्मनः ॥ - पञ्चदशी अ० - 1, श्लोक 8-9  
 त्वमेवात्मेश ! सर्वस्य सर्वश्चात्मनि रागवान् ।  
 इति स्वभावस्त्वां त्वद्गुणकं जानन् जयेज्जनः ॥ - स्तोत्रावली 1/7  
 भूत उत्पल



### धारणा - 106

यह प्रभु भैरव नित्य है, विभु है, निराधार है व्यापक और अशेष  
 भूतों का वातावरण है ऐसे शब्दों को प्रतिक्षण ध्यान करने वाला उन शब्दों के अर्थों  
 को जानता हुआ कुतूहल से जाता है ध्वज-ध्वज को जाता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 107

यह सारा जगत् तत्परहित था है रहेगा केवल इन्द्रनगरी की तरह  
 कपोल कल्पना शील जादूनगरी के समान है इस इन्द्रजाल से परिरक्षित नगरी में  
 रहना भी अनुचित है इससे ऊपर उठना होगा ऐसा चिन्तनशील दृढ़ विश्वासनीय  
 होकर परम अद्भुत शान्ति को प्राप्त होता है ।<sup>2</sup>

### धारणा - 108

आत्मा तो निर्विकार है विकारों से रहित है रूप रंग से रहित है उसके  
 लिए क्या ज्ञान और क्या क्रिया यथादि साधन ये सभी प्रकार का ज्ञान बाह्य  
 जगत् का ज्ञान कराने में ही सामर्थ्य रखता है न कि आत्मा का ज्ञान करा सकता  
 है अतः ऐसा जाने की आत्मा के समान ही यह जगत् भी शून्य ही है ।<sup>3</sup>

- 
1. नित्यो विभुर्निराधारो व्यापकश्चारिवलार्धयः ।  
 शब्दान् प्रतिक्षणं ध्यायन् कृतार्थोऽर्थानुरूपतः ॥ - वि० भ० 129
  2. अतत्त्वमिन्द्रजालमिदं सर्वमवस्थितम् ।  
 त्वं तत्त्वमिन्द्रजालस्य इति दादयच्छिन्नं प्रजेत् ॥ - वही - 130
  3. आत्मनो निर्विकारस्य क्व ज्ञानं क्व च वा क्रिया ।  
 ज्ञानायत्ता बाह्य भविष्यति अतः शून्यमिदं जगत् ॥ - वही - 131





धारणा - 109

मन में बन्धन से मुक्त हूं और न मुझे मोक्ष से ही कुछ लेना देना है।  
 तर्कों का आभास निरुत्पन्न स्वभाव स्वरूप है । यन् बन्धन और मोक्ष एवं जन्म  
 मरण का मय के बल मोक्ष से डरने वालों को ही डराना है और यह सब बुद्धि  
 के आवरण हैं जो स्थिर होकर आत्मा में देखकर अपने को प्रधान मानने लगती है ।  
 कजसे योगदर्शन में सबोज समाधि भी कहते हैं । जैसे सूर्य का आलोक जल में  
 दिखलाई देता है वैसे ही आत्मा में और बुद्धि के प्रतिबिम्ब की यहां कल्पना की  
 गई है ।<sup>1</sup>

धारणा - 110

मन सहित सभी इन्द्रियों को एवं उनके विषयों को एवं सभी सुख  
 दुःखों को साथ लेकर जो साधक मन पर संयम प्राप्त कर लेता है इतीन्द्रिय  
 को जगता है तभी सुस्थ आत्मा में वर्तता हुआ आत्माराग कहलाता है ।<sup>2</sup>

1. न मे बन्धो न मोक्षो मे भोतस्यैता विभोऽङ्काः ।  
 प्रतिबिम्बमिदं बुद्धेर्जलेऽपि विवस्वतः ॥ - वि० भ० - 132
2. इन्द्रिय धारकं सर्वं सुखं दुःखं च सद्. गमम् ।  
 इतीन्द्रियाणं संत्यज्य स्वस्थः स्वात्मानं वर्तते ॥ - वही - 133



### धारणा - 111

बाद य भूत सभी को प्रकाशित एवं बतलाने वाला ज्ञान है और आत्मा उस सब ज्ञानावस्थाओं को भी प्रकाशक है । उस प्रकार एक ही है और उस एकवत्त्वभाव वाला होने से वह ज्ञान आत्मा से जुड़ा होने के कारण ज्ञेय को जान लेता है विशेष रूप से भावना से ओत प्रोत हो जाता है ।<sup>1</sup>

### धारणा - 112

हे प्रिये : मन = संकल्प विकल्पात्मक, चेतना = अध्यवसायात्मिका बुद्धि शक्ति = एकाराकार प्राणरूपा आत्मा = इनसे तीनों से आवेष्टित आत्मा जब ये चारों प्रमाता का भिन्न - भिन्न होते हुये भी आत्मा में विलीन होकर एकाकार हो जाते हैं तथा सभी अच्छी तरह से शीथल क्षीण हो जाते हैं तब साधक का शरीर सामान्य न रहकर भैरवात्मक शरीर हो जाता है । कठोपनिषद् में इसका वर्णन इस प्रकार मिलता है कि जब मन सहित पाँचों इन्द्रियां एवं बुद्धि भी काम करना बन्द कर जाती हैं तब इस स्थिति को परम गति माना जाता है ।<sup>2</sup>

1. ज्ञानप्रकाशकं सर्वे सर्वेणात्माप्रकाशकः ।

एकमेकस्त्वावत्वाज्ज्ञानं ज्ञेयं प्रकाशते ॥ - वि० भै० - 134

2. मानसं चेतना शक्तिरात्मा योत चतुर्दयम् ।

यथाप्रिये परिहृणं तथा तद्भैरवं वपुः ॥ - वही - 135

यदा वज्यावतिष्ठन्ते ज्ञानार्तिन मनसासह ।

बुद्धिश्चनावच्छेदति सामाहुः परमां गतिम् ॥ - कठोपनिषद् 2/3/10



७४० अध्याय

विज्ञान भैरव का काश्मीर शैवदर्शन में स्थान



## विज्ञान भैरव का काश्मीर शैव दर्शन में स्थान

विज्ञान भैरव एक आगम ग्रन्थ है जिसका प्रादुर्भाव के विषय में मत है कि इसका प्रादुर्भाव रुद्रयामल तन्त्र से हुआ है जबकि इसका प्रथमोल्लेख शिवपुराण की कैलाश संहिता के 19 अध्याय के 44वें श्लोक में भी हुआ है जबकि रुद्रयामल तन्त्र के विषय में से उत्पन्न होने के विषय में इसी शास्त्र के प्रथम श्लोकों से ही पुष्टि हो जाती है । स्वयं भगवान के मुख अर्थात् भैरव के मुख से उपदिष्ट होने के परिणाम स्वरूप इसकी महत्ता सर्वोच्च मानी जाती है । इस ग्रन्थ का विषय यद्यपि गम्भीर है तथापि श्लोक रचना शैली बहुत सरल एवं सुबोधगम्य है और वैज्ञानिक दृष्टि से महत्वपूर्ण भी है । यह ग्रन्थ शिवसूत्रों के समान ही अद्वयवाद का प्रतिनिधित्व करता है इस आगम शास्त्र में प्रतिपादित एक सौ बारह धारणाओं में सम्पूर्ण काश्मीर शैव दर्शन सम्प्रदायों के विषयों की झलक मिलती है, जिसके परिणाम स्वरूप भी यह आगम शास्त्र अपने पश्चाद्वर्तित सभी काश्मीर शैव दार्शनिकों का प्रतिनिधित्व भी करता है, जैसे इसके विषय में कुछेक निम्नलिखित विशेष मत हैं ।

जिन्हें पांच भागों में विभक्त किया गया है -

1. विज्ञान भैरव का आधिर्भाव

2. उपजीव्य

3. ग्रन्थ की विशेषता

4. सकल जनमुक्ति प्रदायक

5. सर्वधर्म समभाव

- परम सत्ता

- काश्मीर शैव दार्शनिकों के लिए उत्कृष्ट उदाहरण रहा है

- सुबोध, सरल, भाषा शैली

- सामान्य से विशिष्ट योगियों एवं गृहस्थियों के लिए ग्राह्य विषय

- किसी को भी शत्रु एवं मित्र न मानना इसका महत्वपूर्ण विषय है ।





## 1. विज्ञान भैरव का आर्किभाव - परमसत्ता

जैसे कि किरण संहिता के मत को प्रस्तुत कर तन्त्रालोक में अभिनव गुप्त जी लिखते हैं कि सर्वानान्य मत वही होता है जो किसी सिद्ध पुरुष द्वारा आत्मज्ञान से प्रसूत है या शास्त्र ॥ आप्त वाक्य ॥ सम्मत हो अथवा गुरु ज्ञान से प्राप्त हो । ऐसे ही ठीक उसी प्रकार से हम देखते हैं कि इस आगम शास्त्र ॥ विज्ञान भैरव ॥ का भी आर्किभाव स्वयं परमसत्ता ॥ भैरव ॥ से ही हुआ है , इसके आर्किकारक स्वयं भैरव हैं जिन्होंने भैरवि के संशय के निवाणधि प्रश्नोत्तर ॥ सम्वाद ॥ रूप में इसे उपदिष्ट किया हुआ है । जबकि इस शास्त्र के अध्ययन से भी पता चलता है कि यह एक ऐसे लुप्तागम रुद्रयामल तन्त्र का सार है, जो कि आज अनुपलब्ध है । इसी प्रकार से हम देखते हैं कि इन आगमों का एक विशेष कारण रहा है । जैसे एक समय ऐसा आया कि काश्मीर की पवित्र धरती द्वैतवाद के रोग से बुरी तरह ग्रस्त हो गई थी, जिसके परिणाम स्वरूप अपने भगवान शिव जी ने अद्वैतवादी भक्तों पर अनुग्रह कर उन भक्तों में सर्वश्रेष्ठ परमप्रिय भक्त सिद्ध पुरुष वसुगुप्त जी को स्वप्न में आकर उन पर कृपा करते हुये शिव सूत्रों का रहस्य बताया और उस स्थान का भी संकेत दिया कि अमुक स्थान पर अमुक शिला पर शिवसूत्र लिखित हैं , जिसे स्वप्न में चलकर सिद्ध महापुरुष वसुगुप्त जी ने प्राप्त किया और अद्वैतवाद के प्रचार प्रसार में अपने श्री भट्टकल्लटादि शिष्यों को उपदेश किया था । जिसके परिणाम स्वरूप आज भी यह लगभग अपने उसी रूप में स्थित है । इसी प्रकार से इस ग्रन्थ का भी आर्किभाव उसी परम सत्ता से हुआ माना जाता है जिस परमसत्ता से शिवसूत्रों का आर्किभाव हुआ है । जैसे गीता के विषय में



कहा जाता है कि उसका पठन, पाठन, श्रवण, मनन इसलिए भी सर्वमान्य है कि, क्योंकि यह स्वयं भगवान श्री कृष्ण के मुखारविन्द से आर्कषावि हुआ है । इसी प्रकार विज्ञान भैरव के ज्ञान की पवित्रता, नित्यता एवं सर्वमान्यता निःसंदिग्ध है, क्योंकि यह स्वयं भगवान भैरव से जगत् कल्याणार्थी भगवात भैरवि के माध्यम रूप में प्रादुर्भा हुआ है ।

## 2. उपजीव्य

यह आगम शास्त्र उपजीव्य आगम शास्त्र है, ऐसा इसलिए जैसे महर्षि कार्लिदासादि के लिए पुराण रामायण एवं महाभारतादि अपनी कृतियों रचनाओं के लिए उपजीव्य ग्रन्थ माने जाते हैं। वैसे ही यह भी सर्वांगम सार स्वरूप अपने परवर्तित काश्मीर शैव दार्शनिकों के लिए एक स्रोत रहा, जिसका उदाहरण हमें काश्मीर शैव दार्शनिकों की कृतियां ही बताती हैं, जिनमें प्रमुख हैं-श्री क्षेमराज कृत शिव सूत्र विमर्शिनी एवं अभिनव गुप्त रचित तन्त्रालोक प्रमुख माने जाते हैं । इन दोनों में ही इस शास्त्र से अनेक श्लोकों को उदाहरण स्वरूप प्रस्तुत किया गया है ।

1. रुद्रयामलतन्त्रस्य सारमयावधारितम् ॥ -वि० ३०, श्लो० - 160

श्रीमहादेवर्षिगणैः महामहेश्वरः श्रीमान् वसुगुप्तनामा गुरुरभवत् । कदाचिद् असौ दैवत दर्शनार्थिवांस्तप्राये जीवलोके रहस्य सम्प्रदायो मा विच्छेदि "इत्याश्रयतः परमेश्वरेण स्वप्ने अनुगृह्य उन्मिषितं प्रतिभः कृतः यथा "अत्रमहीभूति महती शिलातले रहस्यमस्ति तत् अधिगम्य अनुगृह योग्येषु प्रकाश्य" इति । प्रबुद्धश्चासौ अन्विष्यन् तां महतीं शिलां किरस्पर्शमात्रपरिवर्तनतः संवादीकृतस्वप्नां प्रत्यक्षीकृत्य, इमानि शिवोपनिषत् संग्रहस्याणि शिवसूत्राणि ततः समाससाद ॥  
..... भट्टकल्लाट ायेः सचिच्छयेषु प्रकाशितवान् ॥ -शिवसूत्रविमर्शिनि,  
पृ० - 4-5

गाता सुगीता कर्तव्या किमन्य शास्त्र विस्तरेः । या स्वयं ..... विनिःसूतम् ॥  
-गीतायाः प्रमाणम्



इसके उदाहरणों को ग्रहण करने में भी एक विशेष वैज्ञानिक तत्व रहा वह था, इस शास्त्र की भाषा ऐसी । इस शास्त्र की भाषा ऐसी सरल है । जो सर्वजनोपयोगी सा लगती है ।<sup>1</sup>

### 3. ग्रन्थ की विशेषता

विज्ञान भैरव जैसा कि आगम शास्त्र है, परन्तु इसकी श्लोक रचना बहुत ही सरल एवं बोध्यमय है जिसे साधारण सा संस्कृत का ज्ञान रखने वाला संस्कृतज्ञ या दार्शनिक भी समझ सकता है । यहां तक कि शुद्ध हिन्दी भाषी भी पढ़कर अर्थ निकालने में सक्षम लगता है। जैसे उदाहरण स्वरूप - यहां यहां भी बाह्य एवं आभ्यन्त मन जाता है वहीं-वहीं शिव ही शिव है ऐसे दृढ़ धारणा रखने वाला साधक भैरव स्वरूप हो जाता है अर्थात् परमशान्ति को प्राप्त होता है । इसी प्रकार ऐसे अनेक सरल श्लोकों का पाठ मिलता है ।<sup>2</sup>

### 4. सकलजन मुक्तिप्रदायक

इस आगम शास्त्र की विशेषता केवल इसकी भाषा ऐसी का सरल होना ही नहीं है, अपितु इससे भी बड़ी विशेषता जो इसके अध्ययन एवं चिन्तन से सामने आती है, वह है, सम्पूर्ण विश्व रूपी कुल को मुक्ति देना । ऐसा इसलिए इस शास्त्र को सभी तरह के साधक प्रिय हैं और उन साधकों के लिए किसी प्रकार का कोई प्रतिबन्ध नहीं है , केवल मात्र साधक को इतना ही ज्ञान होना चाहिये कि

- 
1. चिद्धर्मा..... भवजिजनः ॥ - शिवसू० पाठ-१, सू० - १  
ग्राह्य..... सावधानता ॥ - त० अ० १०, श्लो० - २०४  
पृ० - २०२४
  2. यत्र..... यास्त्यसि ॥ - वि० भ० , श्लो० - ११३



"मुझमें एवं इस सम्पूर्ण विश्व में शिव ही शिव निवास कर रहे हैं, शिव से बरे कुछ भी नहीं है" <sup>2</sup> मात्र इतनी धारणा से मनोबल को सशक्त बनाये और <sup>1</sup> सर्वत्र राग द्वेष से निर्लिप्त <sup>3</sup> जो भी प्रिय लगे "खाये-पिये" <sup>4</sup> "नाचे गाये" चाहे "मौज़" <sup>5</sup> मनाये कोई दोष नहीं है <sup>6</sup> "सभी सुख के साधनों के दाता एवं प्रतिग्रहीता शिव ही शिव है अर्थात् परमसत्ता है" <sup>7</sup> जबकि हम देखते हैं कि कुछेक शास्त्रों में नियमों के पालन पर आवश्यक बल दिया गया है जिससे सभी प्रकार के साधकों के लिए उनपर चलना कुछ असम्भव हो जाता है। जैसे उदाहरणार्थ पातंजल योग सूत्र के यम में अहिंसादि व्रत हैं या शौचादि नियम सामाजिक दृष्टि से क्लिष्ट हैं। परन्तु गुड़ की तरह न होकर नम की तरह हैं, ग्लो के सदृश हैं। परन्तु योगी की अपेक्षा समाज के लिए पूर्णतया अमान्य एवं कठिन से लगते हैं, वहीं विज्ञान भैरव की धारणायें इन सबसे बरे सर्वप्रकार के आनन्द में यहां तक कि "स्त्री भोग" <sup>9</sup> विशेष भी परमसत्ता के द्वारा किया हुआ मानता है, जो आज के एक सामान्य से गृहस्थी के लिए भी ग्राह्य है। यही कारण है कि यह आगम शास्त्र हर प्रकार के शिक्षार्थ अर्थात् परम सत्ता में विश्वास रखने वालों को मुक्ति प्रदान करता है। इससे भी बड़ी विशेषता है कि यह किसी प्रकार का भी बन्धन स्वीकार करते हुये <sup>10</sup> साधक का सदा सदा मनोबल उंचा करते हुये विश्वोत्तीर्ण रूपी परम सत्ता को प्राप्त करते हुए जीवनमुक्ति को प्रदान करते हैं <sup>11</sup>।

- 
1. किञ्चिज्ज्ञाति ..... भूत् ॥ - वि० भ०, श्लो० - 84
  2. यस्य ..... प्रकाशते ॥ - वही - , श्लो० - 87
  3. नद्वेषी ..... प्रसर्पति ॥ - वही - , श्लो० - 123
  4. जाग्धिपान ..... भवेत् ॥ - वही - , श्लो० - 71
  5. गीतार्दिदक्षिणा ..... स्तदात्मता ॥ - वही - , श्लो० - 72
  6. लेह नमन्धककोटैः ..... संप्लवः ॥ - वही - , श्लो० - 69
  7. यत्र ..... संप्रवर्तते ॥ - वही - , श्लो० - 73
  8. जातिदेश ..... महाव्रतम् ॥ - पा० यो० सू०, पा०-2, सू०-31
  9. शीघ्रत ..... स्वाक्यमुच्यते ॥ वि० भ०, श्लो० - 68
  10. शीघ्रत ..... विवस्वते ॥ - वही, 2 लो० - 132
  11. जीवनवादि ..... ॥ - वही - 2 लो० - 139





## 5. सर्वधर्म समभावप्रकाशक

काश्मीर के अद्वैतवाद सम्प्रदाय की अपनी एक पृथक् सी पहचान है, जिसके कारण स्वयं ही इस सम्प्रदाय के लोग आज लगभग पूर्ण विश्व में निवास कर रहे हैं। इस सम्प्रदाय से जुड़ा हुआ अधिकतर बुद्धि जीवि वर्ग है, जिन्हें कश्मीरी पाण्डित विशेष कहा जाता है। ये पाण्डित लगभग सम्पूर्ण पूर्वोत्तर भारत की साल भर यात्रा भी करते हैं और इनमें सबसे बड़ी विशेषता देखने में यदि कोई है, तो वह निर्वैरता एवं जार्ति पार्ति के बंधनों से पृथक् रहना है, अर्थात् यह सम्प्रदाय जार्ति पार्ति के किसी भी प्रकार के बन्धनों से रहित सा लगता है, जिसकी झलक हमें इसी आगम शास्त्रमें भी देखने को मिलती है। इन पर विशेष प्रभाव वैवागमों का हा रहा है। जैसे धारणा संख्या 19 में कहा गया है कि अद्वैतमताबलम्बि साधक का न तो कोई मित्र ही होता है, न कोई शत्रु ही माना गया, ऐसा साधक मान अपमान से सदा सर्वथा रहित रहते हुये पूर्ण ज्ञान से सम्पन्न अर्थात् परिपूर्ण होकर सदा सदा सुखी रहता है। वह सर्वत्र भैरव को ही देखता हुआ विचरता है, उसे कहीं भी किसी में भी भैरव से भिन्न सत्ता दिखाई नहीं देती है, इसी भावना या धारणा के परिणाम स्वरूप वह अद्वयगति को प्राप्त करता है अर्थात् शिव में समाहित होकर शिवगय हो जाता है। यह आज के युग के लिए सबसे बड़ी देन है। आज हम कहीं न कहीं साम्प्रदायिक दगे होते देख रहे हैं, जिनके लिए भी इस आगम शास्त्र की शिक्षा होना महत्वपूर्ण बन जाती है।



इसका अन्य समभाव की विशेषता यह है कि यह सम्पूर्ण त्रिक दर्शन का प्रतिनिधित्व करता हुआ ईश्वर के विश्वोत्तीर्ण स्वरूप को मानता है, जिसकी णलक भैरवि द्वारा पूछे गये परम सत्ता विषयक आठों प्रश्नों के उत्तर स्वरूप में मिलती है । इन आठों स्वरूपों को कल्पनात्मक दशति हुये सिद्ध करते हुये भैरव ने भैरवि को भगवान के निष्कल स्वरूप को वस्तुतः प्रस्तुत किया है, जिसके पारणाम स्वरूप भी इसने उन सम्प्रदायों पर आक्षेप नहीं किया है । यही कारण है, जिनके कारण प्रस्तुत आगम शास्त्र उच्च कोटि का भी माना गया है ।

1. तमः रागौ च गिते च तमो मानावमानयोः ।  
 ब्रह्मणः परिपूर्णत्वादिति ज्ञात्वा सुखी भवेत् ॥ - वि० भै०, श्लो० - 122  
 सर्वत्र भैरवो भावः सामान्येष्वपि दगोचरः ।  
 न च तद्व्यतिरेकेन वरोऽस्तीत्यव्यागतिः ॥ - वही - श्लो० - 121  
 श्रुतं देवममा सर्व रुद्रयामलसम्भावम् ।  
 त्रिकभेदमेषेण सारात्सारविभागशः ॥ - वही - , श्लो० - 1  
 किं रूप तत्त्वतो देव शब्दराशिकेलामयम् ॥  
 किं वा नवात्मभेदेन भैरवे भैरवाकृतौ । त्रिशिरो भेद भिन्नसु वा किं वा  
 शीकृत त्रयात्मकम् ॥ नादविन्दुमयं वाऽपि किं चन्द्रार्धनरार्धिका  
 चकालु मनस्कं वा किं वा शीकृत स्वरूपकम् ॥ - वि० भै०, श्लो० - 2-4  
 साधु साधुत्वया पृष्ठं तन्त्रसारमिदं प्रिये ॥ - वही , श्लो० - 7  
 गूढनीयतमं ..... प्रकीर्तितम् ॥ - वही -, श्लो० - 8  
 तदसारतया देवि ..... भूमम् ॥ - वही - , श्लो० - 9  
 तत्त्वतो च नवात्माऽसौ शब्दराशिर्न भैरवः ॥ - वही -, श्लो० - 10  
 न वासौ त्रिशिरादेवो न च शीकृतत्रयात्मकः ॥ - वही -, श्लो० - 11  
 नाद ..... शीकृतस्वरूपकः ॥ - वही -, श्लो० - 12  
 अन्तः ..... भैरवात्मनः ॥ - वही -, श्लो० - 15  
 तद्वपुः ..... स्थितिधिः ॥ - वही -, श्लो० - 129



पातंजल योग सूत्र एवं विज्ञान भैरव  
का तुलनात्मक अध्ययन



### पातंजल योग सूत्र एवं विज्ञान भैरव का तुलनात्मक अध्ययन

विज्ञान भैरव में प्रतिपादित काश्मीर शैव दर्शन एवं पातंजलयोग सूत्र में पातंजल योग दर्शन दोनों ही भारतीय दर्शन में विशिष्ट महत्ता रखते हैं। मानव मात्र के कार्यात्मक, धार्मिक, मानसिक एवं बौद्धिक स्तर का विकास करने वाले हैं। दोनों का सैद्धान्तिक एवं व्यावहारिक मूल्य अपने आप में महनीय है। इनमें ऐसी विशेषताएँ हैं, जिनके कारण देश विदेश में शाश्वत काल से इनका उपयोग किसी न किसी रूप में प्रचलित रहा है अथवा होना रहा है।

दोनों दर्शनों में कुछ बातें ऐसी हैं जो समान रूप से एक ध्येय लक्ष्य को ओर पारलक्ष्य होती गदखाई देती हैं एवं कुछ तथ्य भी ऐसे हैं, जो इन दर्शनों में विवाशब्दता दर्शाते हैं -

इन दोनों दर्शनों का आधिभार्य परमसत्ता से हुआ माना जाता है। यद्यपि विज्ञान भैरव अथवा काश्मीर शैव दर्शन का आधिभार्य भैरव - भैरव से स्पष्टतः दृष्टगोचर होता है, क्योंकि काश्मीर शैव दर्शन के सभी आगम शास्त्रों में विज्ञान भैरव ही प्रमुख है, भैरव-भैरव के संवाद रूप में ही उपादिष्ट हुये बताये जाते हैं। जिसका स्पष्ट प्रमाण इन शास्त्रों के आरम्भ में ही मिलता है।

दूसरी ओर पातंजल योग सूत्र अथवा पातंजल योग दर्शन यद्यपि श्रुति-स्मृतियों एवं पुराणों आदि में बिखरे गये योग के विविध विधानों का ससम्बद्ध एवं सुक्रम रूप से संक्षिप्त संकलन है। स्मृति - पुराण इत्यादि के ज्ञान का मूलधार श्रुति





जो है और प्रकृति का आभास एवं रूप माना जाता है , इसलिए अन्ततोगत्वा वातजलयोग तूना का तूना प्रयोग प्रथम ही सिद्ध होता है ।

दोनों का ध्येय & लक्ष्य & एक ही है ।

सांख्य और योग में जीव के बन्धन का कारण अज्ञान माना गया है और यह अज्ञान प्रकृति एवं पुरुष के पृथक् न समझ करके एक मानने में है अर्थात् प्रकृति एक स्वतन्त्र जड़ तत्त्व है, जो सत्व, रज एवं तम इन तीनों गुणों की साम्यावस्था है । यह प्रसवणीला है और पुरुष के साथ संयोग के कारण इसी के कारण तत्त्व में बुद्धि से पृथिवी वर्धन्त तत्वों का विकास होता है । दूसरी ओर पुरुष भी एक स्वतन्त्र तत्त्व है जो चेतन एवं निर्गुण है , परन्तु प्रकृति एवं पुरुष के मेल से पुरुष उसके गुणों को अपने गुण मान कर सुखी, दुखी एवं मोहित होता है । प्रकृति भी जड़ होते हुए भी चेतन के साथ मेल के कारण चेतनशील अर्थात् पारलक्ष्य होता है । इस प्रकार जड़ प्रकृति का चेतनत्व को प्राप्त होना और निर्गुण पुरुष का सगुण होना ही वास्तव में अज्ञान है । जो बन्धन & संसार चक्र & का मुख्य कारण बनता है । वातजल योग दर्शन इसी अज्ञान को निवृत्त करने के लिए सनातन के रूप में माध्यम प्रस्तुत करता है, जिससे प्रकृति पुरुष विवेक ज्ञान होता है । इस प्रकार पुरुष अपने स्वरूप में अविस्थित हो जाता है , जिसको केवल्य कहा गया है ।



विज्ञान भैरव में भी जीव के बन्धन के कारण को अज्ञान ही माना जाता है । वास्तव में जीव मूलतः शिव का ही स्वरूप है और जब शिव स्वेच्छा से जगत्-लीला का प्रसरण करते हैं तो अपने मूल स्वरूप को भुला सा देते हैं । जिसको वास्तविक मान लेने से स्वरूप का एवं शक्तियों का संकोच होता है । शिव की अपना ही स्वतन्त्र शक्ति की अधान्तर रुपा गायी शक्ति, शिव और जीव के अभेद रूप में भेद का आभास पैदा करती है , जिससे वह कला, विद्या, राग, काल एवं अनर्थाति रूप कंचुकों ४ पाशों ४ से बन्ध जाता है । इस प्रकार पूर्ण एवं स्वतन्त्र होता हुआ भी अपूर्ण एवं परतन्त्र सा लगता है । शुभाशुभ कर्मों के वासना वाश में फंसकर भव चक्र में फंसा रहता है । इस प्रकार आण्ण्य मल, माधीय मल एवं कार्ममल उसके शिष्यत्व में जीव का आरोप पैदा कर देते हैं । जबकी वास्तव में शिव ही जीव है और जीव ही शिव है । परन्तु यह अभेद ज्ञान न होने के कारण जीव अज्ञानान्धकार में डूबा रहता है, यही उसका बन्धन है । विज्ञान भैरव जीव को इस पशुदशा को उगारने के लिए 112 धारणाओं के रूप में विविध उपाय प्रस्तुत करता है, जिनके अनुसरण से अज्ञानान्धकार को कालो छाया से मुक्ति मिलती है<sup>1</sup> तथा जीव शिष्यत्व को प्राप्त होता है अर्थात् बन्धन मुक्त , मोक्ष को प्राप्त करता है ।<sup>2</sup>

---

1. सर्वत्र भैरवो भावः सामान्येष्वपि गोचरः ।

नच तद्व्यतिरेकेन परोऽस्तीत्यवधार्यतिः ॥ - 110 ओ०, ग्लो० - 121

2. जीवन्नापि भवे ..... लिप्यते ॥ - वही - , ग्लो० - 139



पातंजल योग दर्शन, जीव का परम लक्ष्य कैवल्य ॥ मोक्षा ॥ को मानता है । यह कैवल्य ज्ञान से होता है और यह ज्ञान प्रकृति-पुरुष का विवेक है । जिसको विवेक ख्याति कहते हैं । इसकी उपलब्धि श्रद्धा से होती है <sup>1</sup> गीता में भी कहा है, जिससे वीर्य ॥ तेज ॥ बढ़ता है । <sup>2</sup> श्रुति भी बल हीन को आत्मा उपलब्धि असम्भव बताता है । <sup>3</sup> उसके कलस्वरूप शुद्ध एवं स्वच्छ स्मृति की प्राप्ति होती है । इस समर्पण के प्राप्त होने पर ही प्रज्ञोदय ॥ विवेक का उदय ॥ होता है, जिससे वस्तु का यथार्थ ज्ञान होता है इसको ऋतम्बरा प्रज्ञा भी कहते हैं । <sup>4</sup> इस प्रज्ञा के द्वारा ही आत्म स्वरूप का साक्षात्कार होना है । जैसा कि बृहदारण्यकोपनिषद् में भी कहा गया है । <sup>5</sup> अतः आत्म स्वरूप की उपलब्धि अथवा कैवल्य की प्राप्ति ज्ञान ॥ विवेक ॥ से होता है ।

इसी प्रकार से विज्ञान भैरव ॥ काश्मीर शैव दर्शन ॥ के मतानुसार जीव का परम लक्ष्य मोक्षा माना गया है । सिद्ध गुरु अथवा साक्षात् शिवानुग्रह से अनुपाय शाम्भोपाय, शक्तोपाय अथवा आणवोपाय इत्यादि के माध्यम से जीव पञ्च कज्जु को एवं गाथा के बन्धन से मुक्त हो जाता है । उसको अपने वास्तविक एवं

1. श्रद्धा वहिंक्षते ज्ञानं, तत्परः संयतेन्द्रियः ॥ - गी० ४/३९
2. "नायमात्मा बलहीनेन लभ्यः ॥ - मु०उप० ३/२/४
3. स्मृति परिशुद्धौ स्वरूपशून्येवार्थमात्रनिर्भा सा निर्विकल्पा ॥ समर्पणः ॥  
पा०यो०सू० - १/४३
4. ऋतम्बरा तत्र प्रज्ञा ॥ - पा०यो०सू०, १/४८
5. आगमेनानुमानेन ध्यानाभ्यास रसेन च ।  
त्रिधा प्रकल्पयन्प्रज्ञां लभते योगमुत्तमम् ॥ - बृ०उ० २/४/५



असाधित शक्तियों का ज्ञान हो जाता है, जिसके फलस्वरूप परिपूर्ण आत्म परमेश्वर का परिचय हो जाता है । जब तक यह ज्ञान नहीं होता है, तब तक वह भवचक्र में भटकता रहता है । अतः एव भैरव भैरवी से सकल जन कल्याणार्थ आत्मपरमेश्वर का पहचान का उपदेश देते हैं । अतः स्पष्ट है कि समस्त आगमों के अगुण्य विज्ञान भैरव ज्ञान से ही शिवत्व अथवा मोक्ष की प्राप्ति का उद्घोष करता है ।

पातञ्जल योग समाधि लाभ के लिए अर्थात् कैवल्य की प्राप्ति एवं समस्त दुःखों की निवृत्ति के लिए अन्य योग साधनों के अतिरिक्त ईश्वर प्रणिधान ईश्वर-भक्ति को भी सर्वोत्तम उपाय मानते हैं । इससे एक ओर तो कष्ट साध्य योग साधनों के करने से होने वाली यन्त्रणा से बचा जाता है तथा दूसरी ओर सभी प्रकार विघ्नों बाधाओं एवं चिन्ता क्लेशों से भी मुक्ति मिलती है । अतएव इस दर्शन के अनुसार आत्म लाभ के लिए ईश्वर भक्ति सरल एवं सहज उपाय है ।

इसी प्रकार विज्ञान भैरव में ईश्वर भक्ति सर्वोत्कृष्ट उपाय मानी गई है, जिसके फलस्वरूप अनायास आत्म-महेश्वर का साक्षात्कार होता है एवं शैविक, वैश्विक भौतिक तापों का नाश भी होता है । भगवान् भैरव भैरवी से जहाँ तक कहते हैं कि इस शास्त्रमें कहा गया गुह्यज्ञान अभक्त को अर्थात् जो शास्त्र, गुरु एवं ईश्वर में श्रद्धा एवं विश्वास नहीं करता है, उसे कदापि इसका रहस्य प्रकटित नहीं करना चाहिये ।<sup>1</sup> क्योंकि उसमें श्रद्धा एवं विश्वास का अभाव होता है और उनके बिना एक योगी भी अपने अन्तस्थ ईश्वर को नहीं देख सकता है ।

1. ईश्वर प्रणिधानादौ ॥ - पाठयोः १/२३

2. ततः प्रत्यक् चेतनाधमोऽप्यन्तराया भावश्च ॥ - वही - १/२९





योगियों को प्रेरित करने के लिये कृपा एवं कृपा का व्यापक रूप है । जो  
 तनार्थकल्प बुद्धि से युक्त धार उो और तनका मानसिक स्तर ऊंचा हो अर्थात्  
 राग द्वेष, मोह, मयता एवं अनात्म अभिमान से परे हो , ऐसे भक्तों को ही  
 बिना किसी शंका के गुरुदेव को उपदेश करना चाहिये । अतः निःशंकितया इस  
 दर्शन में भी अन्योपायों के अतिरिक्त भक्त को श्रेष्ठता प्रदान की गई है ।  
 इसी तरह श्वेताश्वतरोपाख्यादाद भी कहती है ।

योगमत में निम्न उपायों का उल्लेख मिलता है , उनमें यद्यपि "चित्त  
 वास्तव्यों का निरोध " सर्वप्रथम उल्लिखित हुआ है, जिससे यह प्रतीत होता है  
 कि वांछित अन्तःकरण से मानस मान के कल्याण के लिए सर्वोत्तम मानते थे ।  
 क्योंकि इसके आवरण से न केवल धर्म ब्रह्म अन्तर्गत होती है, अपितु वाचक एवं  
 कायिक स्वस्थता भी उपलब्ध होती है । एक स्वच्छ हृष्ट-गुष्ट शरीर में ही एक  
 स्वच्छ बुद्धि का विकास होता है । इसके अतिरिक्त ईश्वर भक्त को भी सरल  
 उपाय बतलाया गया है । परन्तु सभी जीवों का एक जैसा मानसिक स्तर नहीं  
 होता इस बात को योगमत में रखी हुई उन्होंने अन्य उपायों का भी उल्लेख किया  
 है मन्त्रा, कर्णा, मुद्रित से चित्त प्रसाधन, प्राणायाम विषयवती प्रकृति को

1. इत्येतत् काथं देव परमामृत मुत्तमम् ।  
 एतच्च नैव कस्यपि प्रकाश्यं तु कदाचन ॥-वि०भै०, श्लो० -955  
 पराशर्ये स्त्री कृरे चाभको गुरुपादयोः ।
2. तनार्थकल्पसमीनां तु धीराणां गुणनात्मनान् ॥ 156  
 भक्तानां गुरुवर्त्य दातव्यं तनार्थक. कथा ॥ - 157
3. यस्य देवे परा भिक्त यथा देवे तथा गुरौ ।  
 तस्यैते कथितास्तथा प्रकाशन्त महात्मनः ॥ -श्वेताश्वत०उप० 6/23



उत्पन्न करना, विशोका, ज्योतिष्मती प्रकृति को उत्पन्न करना, चित्त को चार रास स्थिति बनाना, स्वप्न निद्रा एवं ज्ञान का आलम्बन करना, अविभाज्य अणु से गतानन्त तत्त्व को वर्णित करना अथवा यथाभिमत ध्यान करना अर्थात् जो भा मन का लीचकर स्थिति हो उसका एकाग्रचित्त से चिन्तन करने से योग की प्राप्ति होती है ।

इसा प्रकार से विज्ञान भैरव में सम्भवतया मानव प्रकृति को ध्यान में रखी हुये ही भगवान भैरव ने भगवति भैरवि के माध्यम से सकल जगत् कल्याणार्थ एक सौ बारह § 112 § योग धारणाओं का सुन्दर वर्णन किया है, जिनको अनुपाय, शम्भुवोपाय, शक्तवोपाय एवं आणवोपाय के अन्तर्गत देखा जा सकता है । अन्ततः उसमें भी कहा गया है कि जहाँ-जहाँ मन सन्तुष्ट हो सकता है, उस- उस वस्तु में चित्त को एकाग्रता से लगाना चाहिये, उस- उस वस्तु में भी शिवभावना से परानन्द स्वरूप की अभि व्यक्त हो जाती है । अतः इस दर्शन में किसी एक उपाय विशेष पर बल नहीं दिया गया है जिसको जो रुचिकर है वह उसका अभ्यास करता है । सभी उपाय एक ही लक्ष्य तक पहुँचाते हैं ।

---

*Second part of the Sound Road - by the Gurudev*

योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः ॥ - भा०यो०सू०, १/२

यथाभिमतध्यानादि ॥ - वही - १/४।

यत्र यत्र-मनस्तु बिर्मनस्त त्रैव धारयते ।

तत्र-तत्र परानन्दस्वरूपं संप्रवर्ति ॥ - वि०भै०, श्लोक - ७३



उपर्युक्त कुछ समान तथ्यों के आतिरिक्त विज्ञान भैरव में एवं पातंजल योग दर्शन में कुछ ऐसी विशिष्टतायें भी हैं जो विशेष महत्व की हैं । सम्भवतया इन्हीं विशिष्टताओं के कारण दोनों दर्शनों का परस्पर वैशिष्ट्य भी स्पष्ट मिलता है -

चित्तनिग्रह - पातंजल योग में जहाँ चित्त वृत्तियों - प्रमाण विपर्यय विकल्प स्मृति एवं तत्त्वा के निरोध मात्र पर बल दिया गया है ।<sup>1</sup> जिससे योग अथवा समाधि का प्राप्ति मानी गई है, काश्मीर शैव दर्शन में इसके अतिरिक्त चित्त निग्रह उसका माना गया है जिसमें सभी भूतों के प्रति चित्त समान भाव रहता है, यही अवस्था समाधान की कही गई है इसकी अपेक्षा चित्त निग्रह केवल लोक दिखावा माना जाता है ।<sup>2</sup>

विज्ञान भैरव में इस तथ्य का स्पष्टतया उल्लेख मिलता है । सर्वत्र साधक को आत्म भैरव रूप का भावना करना चाहिये । कोई भी शत्रु या मित्र नहीं है जो भी है वह भैरव ही भैरव स्वरूप दृष्टिकोचर है इसी से शनैः शनैः चित्त प्रसाधन करना चाहिये । इससे इसकी पातंजल योग से विशिष्टता भी प्रतिपादित होता है ।

1. योगाश्रितवृत्तानिरोधः ॥-पा०यो०सू०, १/२  
प्रमाणाविपर्ययाविकल्पानद्रास्मृतयः पञ्चतयः ॥-पा०यो०सू० - १
2. समं सर्वेषु भूतेषु आधानं चित्त निग्रहः ।  
समाधानं गतिं प्रोक्तमन्यथा लोक दार्ढ्यम् ॥-ने०तं० अधिकार ८/१७
3. सर्वत्रभरणीभावः सामान्येष्ववधिचोचरा ।  
न च तद्व्यातिरेकेण परोऽस्तौ त्यज्यागातः ॥-वि०भै०श्लो० - १२१  
समः शत्रौ च मित्रे च समो मानावमानयोः ।  
प्रमणः परिपूर्णवार्द्धात् ज्ञात्वा सुखी भवेत् ॥ - व० - १२२



इसी प्रकार से इन दोनों में कुछेक अन्तर भी दिखाई देता है

जो इस प्रकार से है -

. वैज्ञानिक , दार्शनिक , क्रमाक्रम , विकासात्मक, सामाजिक, सामुदायिक, व्यावहारिक, याथार्थिक , विधिबिषयक, सिद्धि विषयक, दैहिक, दैविक, भौतिक, बंधुत्व एवं पारमार्थिक ।

वैज्ञानिक - दोनों ही ग्रन्थ वैज्ञानिक दृष्टि से महान् है परन्तु दोनों में विवेक अन्तर है वह इस प्रकार से है जैसे कि पातंजलयोग दर्शन सूत्र शैली में लिखिबद्ध है जिसमें वैज्ञानिकता छिपि हुई है सूत्रों के विषय में जैसे कि मान्यता रही है कि सूत्र विषय का सारभूत होते हैं । थोड़े ही शब्दों में बहुत बड़े विषय को अपने समाहित रखते हैं और विशाल भाव प्रकटित करते हैं । जैसे छाछर में सागर जैसा कहा भी है -

अल्पाक्षरमसंदिग्धं सास्त्रं विश्वतोमुखम् ।

अस्तोभ मनवद्यज्य सूत्रं सूत्र विदोर्विदुः ॥

इन्होंने सूत्रों के अध्ययन से पता चलता है कि प्राणायाम किसे कहते हैं और उसे करना चाहिये । परन्तु इससे होने वाले अनुभव जन्य तकनीक निर्देश नहीं मिलते हैं , जबकि विज्ञान भैरव में प्राणायाम से उत्पन्न अनुभव को प्रकटित किया गया है अर्थात् पातंजल योग सूत्र गुप्त रहस्यात्मक विज्ञान है जबकि विज्ञान भैरव पञ्चात्मक उद्घाटित रहस्यात्मक विज्ञान स्वरूप शास्त्र है । अर्थात् एक के पास घर बनाने की सामग्री उपलब्ध है और दूसरे का घर निर्मित है उसे उसमें केवल प्रवेश की आवश्यकता है । वैज्ञानिक-महानता की दृष्टि में दोनों उत्तम हैं,





परन्तु बनाने वाले का अनुभव महान् है, क्योंकि निष्काम कर्मयोग की महानता का पौरव्य वेदान्त एवं गीता दोनों में मिलता है। अतः वैज्ञानिक पक्ष में देखने से पातंजल योग सूत्र ज्यादा गम्भीर है ।

**दार्शनिक -** दार्शनिक महत्ता की दृष्टि में दोनों महान तो हैं परन्तु दोनों में प्रातःनीयत्व की दृष्टि में असमानता है । जैसे पातंजलयोग सूत्र एक सम्पूर्ण दार्शनिक विचारधारा से युक्त है और इसी से पातंजलयोग दर्शन भी विश्व प्रसिद्ध हैं जो कि अपने आप में प्रसिद्ध हैं इसमें दर्शनशास्त्रके नियमानुसार सभी तथ्य पाये गये हैं जैसे प्रमाणवाद, आचार मीमांसा अर्थात् प्रत्यक्षानुमान एवं शब्द प्रमाण<sup>1</sup> तथा अष्टांगयोग<sup>2</sup> जैसी आचार मीमांसा इत्यादि का स्पष्ट उल्लेख मिलता है । जबकि विज्ञान भ्रम में कहाँ भी ऐसा स्पष्ट उल्लेख नहीं हुआ है । इन सबके आतिरिक्त विज्ञान भ्रम भावना प्रधान है<sup>3</sup> और पातंजल योग सूत्रकर्म प्रधान दर्शन शास्त्र है । जबकि विज्ञान के प्रतिपादन में दोनों लगभग दोनों समान हैं ।

**सामाजिक -** पातंजल योग सूत्र सामाजिक जगत् के लिए एक महान उपलब्धि है । इसका समाज स्वच्छ, स्वाध्यायशील, अर्थात् विद्वत् समाज है । जबकि सबसे महान् और अस्तुत सामाजिक संरचना में इसकी महान देन है इसका समाज अहिंसक, यथार्थ-सत्यप्रातिष्ठ, अस्तेय प्रधान, ब्रह्मचर्य प्रधान अर्थात् सीमित हर प्रकार से स्वच्छ -

1. प्रत्यक्षानुमानागमाः प्रमाणानि ॥ - पा० यो० सू० पा० - १, सू० - ७
2. कर्षं योगांगानुष्ठानादशुद्धिद्वये ज्ञानदीपिराविधेकख्यातेः ॥ - वही - २/२८
3. यत्नोपयमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयोऽष्टावङ्गः ॥ - २/२९
- यत्र यत्र मनोधाति तत्तत् तेनैव तत्क्षणम् ।  
परित्यज्यानवस्थित्या निस्तरङ्गः गततो भवेत् ॥ - वि० १०, श्लो० - २६
- विश्वमेतन्महादेव शून्यभूतं तवाचिन्तयेत् ।  
तत्रैव च मनो जीनं ततस्तत्तल्लय भाजनम् ॥ - वही - , ५७



स्वच्छ नगर, स्वच्छ वातावरण एवं इसमें रहने वाले प्राणी भी बाह्याभ्यन्तर से स्वच्छ ही रहा है। यहाँ स्वच्छता है, वहाँ सुस्वास्थ्य भी रहता है और एक स्वच्छ एवं सुस्वस्थ मनुष्य में ही सुस्वस्थ बुद्धि की कल्पना में बल मिला हुआ प्रतीत भी होता है।<sup>1</sup> इन सब आंतरिकत इस दर्शन का समाज अविरगृही है अर्थात् निर्लिप्त है और प्रगतिशीलता के साथ ही साथ दुष्टों की उपेक्षा एवं मित्रों की प्रसन्नता एवं वृद्धि तथा दान दुःखियों पर दयालुता रखने वाले भावों से संयुक्त समदर्शी भी लगता है।<sup>2</sup> जबकि इस प्रकार से तकनीक दृष्टि से विज्ञान भैरव के समाज में कमी अनुभव सा लगता है, परन्तु ऐसा नहीं है कि उसका समाज बुरा है। विज्ञान भैरव का समाज विशाल है, असीमित है। वह किसी में शत्रु एवं मित्रता अर्थात् गुण अवगुणों को नहीं कुरेदता है। वह केवल मुक्ति होना चाहता है और अपने धर्म पर अटल है, उसी पर चलते हुये मन में शिवमय संकल्प से युक्त होकर अपने को बन्धन हीन सा मानता है और हर आनन्द में चाहे वो लौकिक दिखई देता है या अलौकिक उसे परम शिव एवं परास्तता का मानता हुआ भोगता है। इसी प्रकार विज्ञान भैरव का सामाजिक जगत् भी बन्धनहीन सा प्रतीत होता है।<sup>3</sup> उसमें न तो सामाजिक कुरीतियों को मिटाने का पातंजल योग दर्शन की तरह स्पष्ट निर्देश ही है और न ही ऐसा विचारधारा केवल अनुमान के आधार पर कहा

- 
1. क० अटिंसांस्त्यास्तेय ब्रह्मचर्यपरिरगृहाः यमाः ॥-पा०यो०सू० पा०-२, सू०-३०  
 ख० जातिदेहाकालसमयानवच्छिन्ना महाव्रतम् । - वही- २/३१  
 ग० शौचसन्तोषतपः स्वाध्याय-ईश्वरप्रणिधानानि नियमाः ॥-वही- २/३२  
 भैरवीकल्पनामुदितोपेक्षाणां - पा०यो० सू० १/३३
2. क० शक्तिसंगमसूक्तं शक्त्यावेशावसानिकम् ।  
 यत्सुखं ब्रह्मतत्त्वस्य तत्सुखं स्वाक्यमुच्यते ॥ -वि०भ० - ६८  
 ख० लेहनामन्थनाकोटैः स्त्रीसूतस्य भरात् स्मृतेः ।  
 शक्त्याऽभावेऽपि देवेशि भवेदानन्दसंप्लवः ॥ - वही - ६९







युग का सूत्रपात हुआ सा लगता है । जबकि विज्ञान भैरव के विषय में विकास की दृष्टि से इतना ज्यादा कार्य नहीं हुआ है, इसका मुख्य कारण यह शास्त्र अधिकतर गुल्गुल परम्परा में ही बनपता रहा होगा, ऐसा प्रतीत होता है । जबकि आज जो स्वरूप इस शास्त्र का पढ़ने को मिलता है वह खण्ड-खण्ड बिखरे हुए शास्त्रों से पद्यों को चुन कर गुंथित किया गया एक पद्यात्मक ग्रन्थ है । जबकि विकास के क्षेत्र में भी बहुत पीछे रह गया । इसके श्लोकों को तो अभिनव गुप्त आदि महान् विद्वानों सन्त महात्माओं ने ग्रहण किया और अपनी रचनाओं को सुन्दर रूप दिया परन्तु इस पर अपेक्षित कार्य न हो पाया जो थोड़ा बहुत हुआ वह विकास की दृष्टि से देभराज ने किया और विशेष योगदान शिवोपाध्याय का रहा जबकि आज के युग में महामाहम पं० गोपीनाथ कविराज जी को ही जाता है, जिनके अथक प्रयास से यह लुप्तगम शास्त्र पुनः अपने स्वरूप को प्राप्त है ।

### समुदायिक

पातंजल योग सूत्र में किसी भी दार्शनिक समुदाय का उल्लेख नहीं है, न तो किसी के पक्ष में कोई बात कही है और न किसी के विपक्ष में यह इसकी सबसे बड़ी विशेषता है, जिसके कारण स्वरूप इसे सर्वाधिक दार्शनिक जगत् पुरातन दर्शन अर्थात् प्रथम दर्शन स्वीकृत किया गया है । जबकि विज्ञान भैरव में शब्द राशि आदि अनन्त पर्यन्त आठ समुदायों का उल्लेख है और उन सभी का खण्डन कर स्वपक्ष का मण्डन अर्थात् समर्थन भी करता है ।





### भौगोलिक

भौगोलिक दृष्टि से भी देखा जाये तो दोनों विभिन्न विचार धारायें रखी हैं । एक एकान्तवासी एवं क्रमबद्ध विधि का प्रतिपालक है अर्थात् जप, तप पूजा पाठ आदि में भी विश्वास रखता है अर्थात् कर्मकाण्डीय विधि में भी विश्वास रखता है और प्रभु प्राप्ति स्वरूप आत्म लाभ के लिए इनसे परे भी कैवल्य प्राप्त करता है। जबकि विज्ञान भैरव में इस उपरि वर्णित कर्मकाण्ड को अपेक्षित निम्न कोटि में स्थापित किया है<sup>2</sup> । इससे भी समाज के मन को थोड़ी सी ठेस & चोट & सी लगती हुई प्रतीत होती है । जबकि साधना मार्ग के लिए कोई भी द्वेष पर्याप्त है, उसके लिए भिन्न-भिन्न प्रकार के सुखमय आसनों का भी अनर्देश है। परन्तु पातंजल योग सूत्र में तो लगता है कि पृथिवी ही एक मात्र आसन है, उसके आसन पद्मासन आदि ही हैं\* ।

नोट -

1. पातंजल योग का अपना कार्य विशेष समाज नहीं रहा है इसमें कोई भी प्रवेश ले सकता है केवल उसमें इसमें बताये धर्मों के पालन के लिए कटिबद्ध होना पड़ेगा ।
  2. विज्ञान भैरव में मनोभाव को ऊंचा करना बताया गया है उसमें समाज विशेष की कल्पना नहीं है केवल आपनमुक्ति चाहता है । जबकि पाठो घोः दर्शन की कल्पना नहीं है केवल आपनमुक्ति चाहता है । जबकि पाठो घोः दर्शन की कल्पना नहीं है केवल आपनमुक्ति चाहता है ।
- \* - कैवल्य के संग - संग सामाजिक सुव्यवस्था का भी प्रतिनिधित्व करता है ।



### व्यावहारिक

पातंजलयोग दर्शन के योगी को व्यावहारिकता भी बड़ी ही विचित्र है। वह किसी के पास न तो अधिक काल तक बैठ ही सकता है और न ही अपनी प्रशंसा ही सुनना चाहता है। इन दोनों प्रकार के व्यवहारों का उसे कटिबद्ध होकर पालन करने को कहा गया है। उसमें कहीं ऐसा नहीं कहा गया है कि आप अपनी प्रशंसा के श्रवण में भगवान को ही दें। जबकि विज्ञान भैरव के साधक की व्यावहारिकता में ऐसा नहीं है, हाँ इसमें इतना मात्र अवश्य कहा गया है कि मानावमान समान जाने। परन्तु गूढ़ता से देखें तो पातंजल योग का योगी न तो मान और न ही अवमान से संतुष्ट है जिससे उसे इनमें समत्व की भी आवश्यकता नहीं पड़ती है।

### याथार्थिक

पातंजल योग दर्शन से संलग्न योगी का सम्पूर्ण जीवन याथार्थिक है, एक कार्मिक है वह अपने याथार्थवादी कर्मों से अपने पूर्व जन्मों के दुष्ट संस्कारों को नष्ट करके, बड़े जन्म में रहते ही जीवन के लिए नूतन संस्कारों से संयुक्त नव जीवन का निमण करता हुआ देखा जा सकता है। जन्मतः ऐसे योगी की शिक्षा भी तपः पूत है जिससे उसके जीवन का वह प्रत्येक क्षण अर्थात् जीवन का प्रत्येक क्रिया कलाप अहिंसक एवं सत्यान्वित निष्काम भाव से युक्त है। शापाम्भशाप से बचा हुआ है।

- 
1. स्थान्युपनिमन्त्रणे संग्रह्याकरणं पुनराकल्पसंगतम् ॥ - पा० यो० ३/५१
  2. समः शत्रौ च मित्रे च समो मानावाप्तयोः ।  
ब्रह्मण परपूर्ण त्वादाति ज्ञात्वा सुखी भवेत् ॥ - वि० १० ॥ १२२



किसी के लिए भी अनुचित वाणी का प्रयोग दिरार नहों देता है<sup>1</sup>, जबकि विद्वान भैरव के साधक ने जो विशेषता दिरार उसमें धारणाओं के अन्त में सकलता के बाद सहसा दुर्वसा का रूप धारण करते हुये कहा है कि भैरवाकार हुआ ॥ भैरव सिद्धि प्राप्त ॥ साधक की वाणी अभिशाप एवं वरदान दायक हो जाती है जबकि पातंजला किसी को भी अभिशाप एवं वरदान का पात्र नहीं समझते हैं उनके मत में कर्म करो सुख पाओ की झलक ही मिलती है ।

विषाध विच्छेदक ॥ आचार तत्त्वार्थक ॥

पातंजल योग दर्शन एक सम्पूर्णंगीय प्रतिभा सम्पन्न दर्शन है इसकी दर्शन जगत् के लगान ही विधि है ॥ क्रम है ॥ । अर्थात् प्रमाण<sup>2</sup> एवं आचार मीमांसा है कार्य को कैसे अपनाया जाये तत्पश्चात् बनने के क्या लाभ है प्रकृति क्या है १ पुरुष क्या है १ और क्रम से आगे कैसे बढ़ना है, इन सब बातों का परिचय इसी शास्त्र में सन्निहित है जैसे प्रथम सूत्र में ही यागानुशासन कह कर तदनन्तर कहा गया कि इसकी आवश्यकता चित्त को स्थिर करने से है और चित्त की स्थिरता से ही साधक या प्राणी अपने स्वरूप के दर्शन करके मोक्ष को प्राप्त कर सकता है और उसके बाद व- सारी परम्परा जो कि मोक्षदायिनी है; उसका क्रमशः उल्लेख है । जीवन यात्रा अर्थात् साधनामार्ग में आने वाले विघ्न एवं ईश्वर द्वारा उनका नाश

नोट - सभी यन नियमान्तर्गत वाक्यों का समुदाय से ऊपर उठकर यथार्थ सत्यादि बालन करने का आदेश देता है । त सते समाज की उन्नति होना निश्चित है ।

२. प्रत्यक्षानुमानात्मः प्रमाणानि ॥ - पा० यो० सू० पा० । सू० - ७



यनाद अष्टांग मार्ग<sup>1</sup> सका सब मोक्ष लक्ष्य समुद्र में ही गिर प्रतीत हो रहा है उसी में निगीज्जत हाता हुआ दिखाई देता है, जबकि विज्ञान भैरव के विधि म में सुलावन है । यह शास्त्र एक सिद्ध शास्त्र है और उसमें किसी प्रकार का भी बन्धन नहीं है । इसकी मान्यता कुछ इस प्रकार से प्रतीत होती है जैसे चिदाकाश भी महाकाश के समान ही है जिसके लिए यह कहना कि इस का मुख कहां है और पाद कहां असम्भव है अतः मोक्ष में निष्कल की निराश्रित स्वरूप की प्राप्ति भी निर्विक लवात्मक भाव से ही प्राप्त की जा सकती है इसी महा शून्य आग्न में ही विषयों सहित सीधे-सीधे दग्ध की बात कही है ।<sup>2</sup> इसकी दृष्टि में पूर्वा पर जन्म का कहीं भी उल्लेख नहीं मिलता है । जैसे पातंजल योग में जन्म कथन्ता सम्बोध<sup>3</sup> है । इसी से पता चलता है कि यह मोक्ष वाला घाले प्राणा मात्र के लिए बहुत ही उपयोगी सिद्ध हो सकता है । इसमें पापकृण्य कुछ भी नहीं है । जबकि पातंजल योग दर्शन में इन सब बातों का गुप्त एवं प्रकटित स्वरूप मिलता है जैसे व्याधि आद का उल्लेख पापों के कारण स्वरूप ही है तथा तपः का उल्लेख भी दोष नाशार्थ ही किया है<sup>4</sup> । इस प्रकार से दोनों की विधि में अन्तर सा दिखाई देता है ।

1. योगांमिनुष्ठा नानादशुद्धिषु ज्ञानदीपतराविदेकख्यातेः ॥ - पा०यो०सू०  
पा० - 2, सू० - 28
2. महाशून्यालये वहनौ भूताक्षिण्यार्थकम् ।  
हूयते मनसा सार्धं स होगन्धेयानां सूचा ॥ - वि०भै० श्लो० - 146
3. अपरिग्रहार्थं जन्मकथन्ता सम्बोधः । - पा०यो०सू० - 2/39
4. कायेनिर्गमसांशुगन्धेयानां तपः । - यो० - 2/43





सिद्धि

सिद्धियों के विषय में दोनों ममान हैं । दोनों में सिद्धियों के नामों में  
 किञ्चिद् मात्र अन्तर है वह इस प्रकार से है । पातंजल योग दर्शन की सिद्धियां  
 आणमा, लाघमा प्राप्ति काम्या माहमा, प्राप्ति, प्रकाम्य, वासित्व ईशित्व  
 यत्र का भाव सार्वित्व है ।<sup>1</sup> तो विज्ञान भैरव की सिद्धियां इन्हीं के साथ साथ  
 सिद्ध योगानुवां के स्वागी नाम से भी विख्यात हो जाता है ।<sup>2</sup> परन्तु दोनों  
 के सिद्धि प्रधान शास्त्र हैं । विज्ञान भैरव का योगी शाय एवं वरदान की योग्यता  
 को अपनाये रखा हुआ प्रतीत होता है । जबकि पातंजल योग का योगी इन्हें  
 लौकिक लौकिक शाय एवं वरदान से बचा रहता हुआ प्रतीत होता है । यह केवल  
 अपना साधना के लिए ही इन्हें अधिकतर प्रयोग में लाया हुआ दिखाई देता है ।  
 जिससे समय समय पर कैवल्य से पर्य तक काल पर विजय पाने के लिए प्रयोग में  
 लाता है । इसीलिए कहा भी है कि यह व्यावहारिक जगत् में प्रतिष्ठा के लिए  
 जरूर है परन्तु समाधि में साक्षात् कि नकारणी है ।<sup>3</sup> इन्हें प्राप्त कर मनुष्य महत् से  
 गतानतम् एवं सबसे लघु अविभाज्य अणु का रूप धारण कर सकता है ।<sup>4</sup> इन्हीं में  
 सुवन ज्ञानादि सूर्य, तारा, चन्द्र, कूर्म नाडी श्रवणादि शक्ति आकाश गमनादि  
 का भी समावेश देयं तो समाहित होता हुआ दिखाई देता है ।

- 
1. ततोऽपि मादप्रादुर्भावः काय सप्ततधर्माभिधानश्च ॥-पाठयोऽदो - 3/45  
 सू० - 31
  2. अत्र चैकतमे.....गृहकारकाः ॥ - वि०भ०, श्लो०-137  
 अजरामरतामेति .....सर्वमिलायकाधियः ॥ - वही - 138
  3. ते समाधावुपसर्गं व्युत्थाने सिद्धयः ॥-पाठयोऽसू०, पाठो-3, सू० - 37
  4. परमाणु परममहत्त्वान्तोऽस्य वर्गीकारः ॥ - वही - 3/40



द्वैतिक

शारीरक सौन्दर्य का दृष्टि से दोनों ही महान् हैं, दोनों रूप लावण्य से युक्त हैं । इन दोनों में अन्तरभेद हैं— जैसे पातंजल योग दर्शन का योगी तपस्वी है<sup>1</sup> और अपने उदर को धम-तनयों से<sup>2</sup> बाँधे हुए है, जबकि विज्ञान भैरव का योगी जागृथपान कृतो ललास रसानन्द विजृम्भणात् इस उक्ति से भूयाभूय के विचार से राहत सा प्रतीत होता है ।<sup>3</sup> इस प्रकार से अध्ययन से पता चलता है कि विज्ञान भैरव का योगी भोगी भी है ।<sup>4</sup> चाहे उसमें वह शिव - शक्ति भाव से ही कर रहा है। परन्तु पातंजल योग दर्शन की इस ओर किञ्चिद् मात्रभी विचार धारा की प्रतीति नहीं होती है। इस विचारधारा से अनुप्राप्त योगी नैष्ठिक प्रवृत्तियाँ हैं । अपने ज्ञानान्दोन्द्रिय पर उसका पूर्ण अधिकार है ।<sup>5</sup>

- 
1. कार्योन्द्रिय तत्तत्परिणामात्तत्तपसः ॥ - पाठोऽसू ० पाठो-2, सू ०-43
  2. क० अविशेषात्तत्तपसो ब्रह्मचर्यविरिण्णायमाः । - वही - , सू ० - 30  
 ख० अपरिणुष्टैर्य जन्मकथन्ता ॥ - वही - 2/39  
 ग० सन्तोषादनुत्तमं लाभः ॥ - वही - 2/42
  3. जागृथपानकृतोल्लास रसानन्दविजृम्भणात् ।  
 भावयेद् भिरतावस्थां महानन्दस्ततो भवेत् ॥ - वि० भै०, श्लो० - 71
  4. क० शक्ति संगम.....स्वाक्यमुच्यते ॥ - वही -, श्लो० - 68  
 ख० लेहनामन्यानाकोटैः .....सम्पलवः ॥ - वही -, श्लो० - 69  
 ग० आनन्दे .....तल्लयस्तन्मना भवेत् ॥ - वही -, श्लो० - 70
  5. ब्रह्मचर्यप्राप्तोऽयं धीर्यलाभः ॥ - पाठोऽसू ०, पाठो-2



दीपक

देह को सुन्दर बनाये रखने एवं वादक मान्यताओं के अनुसार कहे या यजुर्वेद के अनुसार कहे पातंजल योग सूत्र की देव विषयक विचारधारा को बल मिलता है। जिसका सुन्दर उल्लेख चरक संहिता में भी महर्षि पतञ्जली जी ने किया है।

“~~देवों~~ देवों को प्रसन्न करने एवं इनके अभिषावों के दोषों से मुक्त होने के लिए देव पूजन अत्यावश्यक कहा गया है और इन्हीं के साथ ही साथ आत्मलाभ का मार्ग भी प्रशस्त होता है। ऐसा भी है साधना मार्ग में पड़ने वाले विघ्नों के नाशार्थ ही श्री गणेश वन्दना का महत्व शाश्वत धर्म का प्रधानता से अंगिकृत ही नहीं शिरोधार्य है। जबकि विद्वान् भैरव का मात्र उद्देश्य जीवन्मुक्ति के लिए “एकेश्वरवाद वह भी निर्विकल्प निराधार, निराकार निराश्रित महासून्य एवं अनन्त, विशु, निष्कल स्वरूप ईश्वर का भजन है शेष को पाण्ड ४ आडम्बर कहा गया है।”<sup>2</sup>

1. मन्त्रोच्चारणमिन्द्रगलबल्युपहारहोमनयम प्रायश्चित्तोज्ज्वालस्वरूपय न प्रोणपात गमनादि ॥ - च०सं० सू० अ० - ॥  
विष्णु सहस्र मूर्धानं चराचरपातं विष्णु ।  
रजुधनु नामसहस्रेण ज्वरान् सर्वान्विध्यमोहति ॥ - च०सं० च० अ० - ३४ विमर्श, पृ० - ३५४
2. यात्कीज्वां सकलं रूपं भैरवरय प्रकीर्तितम् ॥  
तदसारताया देव विभेयं श्रेयावत्  
भाषास्वप्नोपमं चैव गन्धर्वनगर भूषम् ॥  
ध्यानार्थं भ्रान्त बुद्धीनां क्रियाऽप्यवर वार्तनाम् ।  
केवलं वर्णितं पुतां विकल्पान्धतात्मनाम् ॥ - वि० ४० - ४ - १०  
तद्वधुपुत्रराजो ज्ञेयं तज्जगत् विश्वपूरणम् ।  
एवं विधे परे तत्त्वे कः पूज्यः कश्च तृप्यति ॥ - वही - १६  
पूजा नाम न पुष्पाधैर्वा नितः क्रियेत दृढा ।  
निर्विकल्पे परे व्योम्नि सा पूजास्तदादरात्मयः ॥ - वही - १५५



## भौतिक

पातंजल योग दर्शन की भौतिकता विज्ञान भैरव से थोड़ी भिन्न हैं इसमें भैरवी कलणा मुदितापेदानां सुख दुःख पुण्य पापानां भावनातश्चित्त प्रसाधनम्<sup>1</sup> से कुछ अच्छे बुरे की विचारधारा को बल मिलता है, किस से बचना है, किससे मिलना है, ऐसा हस्तान्तर एक इसका योगा शैलीवावस्था में है, जबकि विज्ञान भैरव के योगा का न तो किसी से राग द्वेष<sup>2</sup> है और न कोई शत्रु, मित्र ही है।<sup>3</sup> इन सबके अन्तर्गत विज्ञान भैरव का योगी गुरु कृपा का पात्र सा प्रतीत होता है।

जैसे -

परशिक्षये स्तुतं कूरे चाभ वते गुरुपादयोः ।

तनार्धकल्पमतोनां तु धीराणामुन्नतात्मनाम् ॥

भक्तानां गुरुवर्यस्य दातव्यं तनार्धशङ्कया ।

ग्रामं राज्यं पुरं देशं पुत्रदार कुटुम्बकम् ॥<sup>4</sup>

इन दोनों श्लोकों से गुरुकृपा का प्रभाव भक्तों पर पातंजल योग सूत्र की अपेक्षा कहीं अधिक प्रतात होता है। अतः हो सकता है कि सभी देवताओं के रूप में उन्होंने गुरु की ही आराधना की हो एवं उन्हीं के आशीर्वाद से तनार्धकल्प को प्राप्त किया हो अन्यथा थोड़ा कठिन जान पड़ता है, परन्तु असम्भव नहीं कह सकते। जहाँ पातंजल योग में गुरु शब्द का कहीं भी उल्लेख नहीं हुआ है वहाँ शायद ही गुरु है और कर्म ही प्राणी का धर्म सा प्रतीत होता है।

1. पाठो योऽसौ पाठो - 1, सू० - 33
2. न द्वेष ..... प्रसर्पति ॥ - वि० भै०
3. समः शत्रौ च तन्ने च समोमानाधमानयोः ॥ - वही - श्लोक - 228
4. वि० भै०, श्लोक - 156-157





### विश्ववन्द्यता

दोनों ही सार्वभौम धर्म के प्रतिपादक हैं एवं असीमित क्षेत्र वाले हैं इनमें कहीं भी जाति देश काल समुदाय से विशेष नहीं बांधा गया है, अपितु इन सभी धर्मों को काटकर धर्मदर्शन के यम नियमों के पावन की आज्ञा का पावन एवं विज्ञान भैरव की धारणाएँ सबको आपस में जोड़ती हुई दिखाई देती हैं।<sup>1</sup> दोनों का धर्म भूके हुये प्राणी के जन्म जन्मान्तर के दुःख पाशों को काटकर जीवनमुक्त प्रदान करना रहा है। अहिंसक होने से योग दर्शन के कारण स्वरूप जगत् में निर्वैरता को अधिक बल मिलता है<sup>2</sup>। केवल अहिंसा ही नहीं, अपितु ये जो अहिंसा, सत्य, अस्तेय ब्रह्मचर्य अर्पणग्रह आदि पांच सिद्धान्त हैं। यदि इनका जगत् में रहने वाले प्राणी धार्मिक पालन करें तो वहीं भी आज हो रही मारकाट छोना श्रवटी से बचा जा सकता है। इन दोनों दर्शनों में अन्तर उतना ही है कि एक में पाठो पाठो ने मोक्ष के साथ-साथ सिद्धान्तों पर अधिक बल दिया तो विज्ञान भैरव ने केवल मुक्ति को ही ग्रहण किया है। जबकि मुक्ति दिलाने वाली धारणाओं में ही कहा गया है कि 'न तो मेरा कोई शत्रु है, न मित्र है, सभी सम हैं।'<sup>2</sup>

1. कृ. जातिदेशकालसमुदायविच्छिन्ना सार्वभौमाः महाव्रतम् ॥-पाठोपाठसू०  
पाठो-2 सू०-3।

2 - कृ. अहिंसा प्रतिष्ठायां तत्सन्निधौ वैर त्यागः ॥ - 2/35

2. सनः शत्रौ च मित्रे स समो मानावमानयोः ।  
ब्रह्मणः परपूर्णत्वात्तत्वात्वा सुखी भवेत् ॥-पाठोपाठ, श्लो० - 122,  
धारणा - ०९



म. २. ५२०। तार. ना. ५२०।

नोटा दोनों को प्रिय रहा है, विज्ञान भैरव सीधे एवं ही पथ पर स्वयं जीवनमुक्ति के लक्ष्य का भेदन कर रहा हुआ प्रतीत होना है तो वातंजल योग दर्शन स्वयं के साथ-साथ आचार्यत्व को भी अपना कर समाज को शिक्षा देते हुये मुक्ति का भाग बनना चाहता है । वातंजल योग दर्शन से जो कुछ अध्ययन से प्रतीत होता है वह कुछ इस प्रकार से है ।<sup>1</sup>

इस के अनुसार समाज का सुस्वस्थ होना परमावश्यक है , जिसके लिए स्वच्छता अत्यधिक महत्वपूर्ण स्थान रखती है । इसी स्वच्छता एवं प्राकृतिक छटा के कारण अनेक नगर काशी, वाराणसी, या विदेशों नगर प्रसिद्ध हैं , जिन्हें देखने के लिए पश्चिम भर से लोग यात्रा करते हैं । अतः शौच & स्वच्छता & गुण न होकर समाजिक सुन्दर अंकार है । जिसे सभी मानसिक पटल पर धारण कर स्वयं भी सुन्दर बनना चाहते हैं ।

इसी के अनुसार जो अपारग्रह एवं सन्तोष का पाठ मिलता है उससे देश की अर्थव्यवस्था सुदृढ़ होती हुई देखी जा सकती है काला बाज़ारी के नाशाने इसका प्रतिपालन विशेषकर आज के भ्रष्टाचारी युग की समाप्ति के लिए अत्यधिक कारगर सिद्ध हो सकता है ।

---

1. क० जाधवनाथ तन्त्रिकोऽसौ कुर्वन्नापि न लिप्यते ॥ - वि० भै० - 139  
स० सर्व मुख्योऽपि साम्ये कैवल्यमिति ॥ - पा० यो० सू० पा० - 3, सू० - 55



'नित्याभ्यास' की शैली दर्शाता है कि निष्काम भाव से कर्म करते हुये स्वयं एवं देश या विश्व का उन्नति में भागीदार बनो । इसी में साम्यवाद की झलक भी मिलती है समाव्ययोग के परिणाम स्वरूप ।

ब्रह्मचर्य के बाद से ब्रह्मचर्याश्रम ध्वजाओं एवं भोग आवास निवृत्ति एवं शारीरिक विकारों से बचने का बाध भी मिलता है । इसका सम्यक् उपयोग करने वाला समाज बलशाली होता है (जिससे उस पर आक्रमण करना शत्रु के लिए टेढ़ी छींटा बन जाता है) स्वाध्याय हमें विद्वान् बनाने एवं बढ़ने लिखने की प्रेरणा देता है केवल सुख ही नहीं अर्थात् इसकी सुक्ति भी चहुँसुली प्रतिभा सम्पन्न लगता है किसी भी प्रकार से इसमें त्रुटि रहो ही कहना असम्भव सा लगता है । इस प्रकार से दोनों के अनुशीलन से यही शिक्षा मिलती है कि मनुष्य को सम्भव भाव रखते हुये सुक्ति के साथ ही साथ सामाजिक उन्नति के लिए भी प्रयास करना चाहिये । तभी साधक निर्भीक होकर घूम फिर सकता है एवं <sup>सुखान्ते</sup> प्रसन्नान्ति को प्राप्त हो सकता है ।

xxxxxx

xxx

x

---

1. तत्र स्थितौ यत्नोऽभ्यासः ॥ - पाठयोऽसू० पाठ - 1, सू० - 13



સપ્તમ અધ્યાય

ઉપસંહાર





### समसंहार

जान के दूत अशान्तिमय वातावरण में, धीरे अन्धकारमय नगरी में, जन मानस दुःख के सागर में डूबा गया है । यह दुःख का सागर भी बड़ा अदृष्ट है । सबको मातृचूरे के मोदक का तरंग अपनी ओर ही आकर्षित कर रहा है । तदनन्तर का विधनाशकारी मधुमेह जैसे रोगों से ग्रस्त करता है, कुछ तो इससे समय रहते बच निकलते हैं और कुछ विनाश के प्राप्त हो जाते हैं ।

मनुष्य की बुद्धि और उसकी सोच विचारपूर्ण है बहुत ही संतुलित जाति माना जाता है और विशेषकर आज इस नैतिकता पर ध्यान देने की आवश्यकता है, जो चारों ओर भटक रहा है, किन्तु शान्ति कहीं भी नहीं पाता हुआ दिखाई देता है और इस शान्ति के लिए जो मार्ग हमारे महर्षियों ब्रह्मर्षियों ने प्रस्तावित किये, उनसे कोसों दूर चला गया है । अपनी पहचान, सम्बन्ध और अपने धार्मिक संस्कार सब कुछ भूल चुका है । जिस मानव जगत ने अपने पूर्वजों को सुनाया अर्थात् अपने इतिहास को झुगाया वह जग प्रगति नहीं कर सकता, प्रगति का अर्थ केवल धन के संसाधन जुटाना ही नहीं होता बल्कि मानसिक शान्ति को बनाए रखने के लिए, स्थिरता, संतोष विशेष विधि विचार-विचार और उन सबके आजीवन ईश्वर भजन एवं निष्काम कर्मयोग की शिक्षा का आवश्यकता, परमावश्यक आवश्यकता होती है । जिसके लिए ही हमारा देश सोने का तवा बन चुका जा रहा है । यह देश और इसका सम्बन्ध शाश्वत है, शाश्वत का अर्थ है कभी न समाप्त होने वाला एवं सदा-सदा हरा-भरा रहने वाला धर्म, ए. ऐसा धर्म, एक ऐसी संस्कृति जो अनालोचनात्मक, गंगा की धारा के सदृश सतत प्रवाहमान है एवं होता रहेगा इसीलिए इसे सनातन ही



जा जाता है । सबसे प्रेम करना आत्माथियों का सत्कार करना, घर आए शत्रुओं को भा द्माना करना और शरणागत को अपने प्राण देकर भा रक्ष करना इसका परम धर्म है "आदिता परमो धर्मः" इसके अन्तर्गत श्रेष्ठ जितने भी वैश्वक मूल्य हैं, सभी सम्पादित होते देख जा सकते हैं । अहिंसा का अर्थ पुण्य है और हिंसा का अर्थ पाप । असत्य बोलना, लालच करना और अपने धातु को मारना पूर्वार्थ धर्म में घृणे विचारों को जाना, असन्तोष में डूबे रहना और शत्रुता भाव को पढ़ना और संलग्न तो तोड़ना, तपस्विन बनना एवं विद्वत् पर ध्यान और विज्ञान न रख, स्वयं को पारपूर्ण माना गया है और जो कि विद्वान्त्वों को धृष्ट में रमने देते तो उन्हें एक अच्छा सर्वोत्कृष्ट सिद्धान्तों पर चलने के लिए प्राञ्जल योग सूत्रकी अष्टांग शिक्षा अनिवार्य है । यज्ञ योग सूत्र एक ऐसा योग सूत्र है जो न तो किसी की, किसी सम्प्रदाय विशेष की निन्दा करता है और न ही किसी का मण्डन करता है । जिसके परिणामस्वरूप ही इस योग सूत्र के सिद्धान्तों को बुद्ध ने भी सहृदय अंगीकार किया है । बुद्ध दर्शन में जो हम देखते हैं कि योग का क्या भोल माना है । जहाँ जैन दर्शन का भी आधार साम्य है और दोनों भी इनके लिए योग को ही विशेष महत्त्व का भा अधार मानते हैं । ऐसा प्रतीत होता है कि जैनियों का धर्मज्ञान का उल्लेख मिलता है । ऐसा प्रतीत होता है कि जैनियों का धर्मज्ञान और समन्वय में समाहित हो जाता है । जहाँ तार्किक हीनता दोनों का भी आगमना है । अन्तर केवल इतना ही है कि यह योग सूत्र ईश्वर को मानता है एक ऐसे ईश्वर को जो अजन्मा है, अनादि है, सर्वज्ञ है



जो आत्मज्ञान से जो विशेष है अनराश्रित है । जबकि ऊपर दोनों समुदाय, ईश्वर के आलोचक हैं एवं अपने दार्शनिकों तक ही सीमित हैं जो की केवल एक ही समुदाय विशेष के बन के रह गए हैं । पातंजल योग का ईश्वर एक ऐसा ईश्वर है जिसके विषय में श्रुतिस्मृति एवं पुराणों में नेति नेति कहकर स्मृति की गई है । यह अगम आलोचक है -

अजं तन्मूर्तिं तन्मात्रकृत्यं निराहं तद्वदाकाशमाकाशवासं भजेऽहं ।

यह एक पातंजल योग शास्त्र है जो आलोचनाओं से बचा रहा, परन्तु उसी विरोधों एवं तन्मय विकल होने से यह समाज के बहुत बड़े भाग से दूर होता गया है । जो समाज कभी हुआ और इनैः शनैः आज पुनः अपने चरमोत्कृष्ट स्थान को पूरा हुआ है ।

आज हम जिस योग से आध्यात्मिक एवं शारीरिक सुखों की प्राप्ति का साधन मान रहे हैं, वह वास्तव में पातंजल योग सूत्र के ही निर्देश है परन्तु यहां भी आकर उसमें मान बुझि देली जा सकता है और वह इस प्रकार से है -

1. आज इसे केवल रोग शान्त्यर्थ अपनाया जा रहा है ।
2. ईश्वर परमेश्वर को भगवान् के रूप में लिया जा रहा है ।
3. जो भी सत्य अस्तेय ब्रह्मचर्य अहिंसा एवं शौच सन्तोष तप स्वाध्याय ईश्वर प्रीति आत्मज्ञान आदि योगों का जोर किञ्चित् मात्र में ध्यान नहीं दिया जा रहा है ।
4. प्राणायाम जो शारीरिक सुखार्थ बनकर रह गया है एवं आसनों को शारीरिक आराम साधनों एवं मांझों से सुखार्थ अपनाया जाना है ।

जो कि इन सबका परमात्मज्ञान पर जो कोई भी मेल का नाश कर परमात्मा को दूर करने का साधन है ।



वाल्मीकि योग सूत्र को जोड़ते हैं और साथ ही वे सांख्यिकी के  
वाल्मीकि योग सूत्र से जोड़ते जा रहे हैं। इसी योग सूत्र के सूत्रों को ग्रहण कर आज  
भारतीय योग संस्थान अनेक पुस्तकें प्रकाशित कर रहा है। इस प्रकार से हम देखते  
हैं कि आज भी वाल्मीकि योग सूत्र अपने चरमोत्कृष्ट स्थान पर विद्यमान है। इसकी  
विशेषता इस प्रकार से है - यह सर्वप्रथम तर्क चिन्तन से ऊपर उठता हुआ चित्त को  
सन्न्यास की ओर अग्रसर करने के लिए स्थिर करने का उपदेश देता है जिससे समाधि  
सुख प्राप्त होता है। यही समाधि कैवल्य प्रदान करता है।

कारण यह धर्म दर्शन का उपनीच्य ग्रन्थ "विज्ञान भैरव" अध्यात्म  
प्रसाधन के लिए सर्वोत्कृष्ट माना गया है। स्वयं भगवान् भैरव, भैरवि से इसे  
समस्त शास्त्रों, सम्प्रदायों एवं मतों के रहस्यों का सार तत्त्व बतलाते हैं। इसमें  
किसी देश काल अथवा आकार के रूप में कोई भी किसी प्रकार का बन्धन नहीं  
माना गया है जाति-पाति अथवा स्त्री-पुरुष का भेदभी यहां कोई विशेष महत्व  
नहीं रखा और ब्रह्म के द्वारा सत्ता के लिए सज्जन रूप से हुक्म है यह एक सार्वभौम  
धर्म अथवा सिद्धान्त का उपदेश देता है। मानवमात्र का कल्याण इसका विशेष  
विषय है। न केवल योग, कृषि अथवा विद्वान् पुरुष ही इसका अनुसरण कर सकते  
हैं। किन्तु साधारणजन भी इसमें प्रतिपादित योग विधिधियों के पात्र हैं। समस्त  
की दृष्टि से देखा जाये तो विज्ञान भैरव अद्वितीय आगम शास्त्र है। यह श्रु  
मन्त्र, देव-राज, स्त्री-पुरुष, ब्रह्म-वैष्णव जड़ चेतन तत्त्वों में एकात्म परमेश्वर की सत्ता  
मानता है। अतः यह सिद्धांत है कि परमात्मा सत्य का उपदेश  
देता है। आज के जमाने में और अज्ञान एवं आत्मवादों युग में इसका शिक्षा परम





आ जाये है । जिससे अनुसरण से परस्पर धैर-निरोध, भेदभाव एवं अपने पराये की भावना दूर हो जाता है । काव्य-विश्व-ज्ञानि का अगोछ साधन है । देखा जाये तो समाज में अभाव अथवा हीन भावना की अरत क्लेशों का कारण बनती है । यह दर्शन इन हीन भावनाओं एवं अभावों को पूर्णतया दूर करने वाला है । आत्म-ज्ञानि के साथ-साथ शारीरिक एवं भौतिक विकास का दृष्टि से श्लाघनीय है । निष्कर्षित इन दोनों दर्शनों का अपना विशिष्टता होते हुए भी लक्ष्य की दृष्टि से समानता का प्रायः स्वीकार है ।

वास्तविक योग दर्शन में योगी को अनेक बन्धनों में बांध दिया गया है ।  
उनमें कुछ ऐसे बन्धन लगते हैं जिनके प्राप्तिपाजन से समाज तो क्या कोई चिरता  
या योगी प्राप्तिपाजन करता हुआ हुआ छोटोचर होता है । इसमें अनेक बन्धन हैं  
जैसे आश्रिता सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य, अकारग्रह एवं नियमान्तर्गत शौच, सन्तोष  
आदि, तथा अध्याय विपर प्राणधानादि एवं उनके भी आने अनेक प्रकार बन जाते हैं  
जिनका पालन कर जाना छोड़ा कठिन है परन्तु असम्भव नहीं है ।

हस्तों के साथ ही साथ विज्ञान भैरव का विषय बहुत सरल है जो आज के युग में भी लगभग सब दार्शनिक एवं भौतिक मछलियाँ रखने वाले लोगों के लिए भी यथासम्भव है । क्योंकि वहाँ भोग में भी मोक्ष की प्राप्ति दिखलाई गई है । वास्तविक योग दर्शन प्रमुख रूप से द्वैत सिद्धान्त महात्म्यमय है । वह ईश्वर को मानने को मजबूर करता है । दूसरा जोर विज्ञान भैरव में प्राप्त होता है जो कि ईश्वर को न मानता है । ईश्वर का अस्तित्व पर आधारित है इसमें शक्ति और जीव का अन्तर स्पष्ट दर्शाया गया है । भैरव केवल संतारा दशा में होता है जब कि ईश्वर का अस्तित्व माना जाता है । भैरव केवल संतारा दशा में होता है जब कि ईश्वर का अस्तित्व माना जाता है । भैरव केवल संतारा दशा में होता है जब कि ईश्वर का अस्तित्व माना जाता है ।



सन्दर्भ ग्रन्थ - सूची



सन्दर्भ ग्रन्था - सूची

क्रमिक	ग्रन्थ	लेखक या सम्पादक	प्रकाशक	सन्
1.	अत्रि स्मृति	महर्षि अत्रिः सम्पादक आचार्य श्रीराम शर्मा	संस्कृति संस्थान, बरेली	1966
2.	आपस्तम्ब स्मृति	महर्षि आपस्तम्ब ः पं० राम शर्मा आचार्यः	- वही -	1966
3.	अभिज्ञान शाकुन्तलम्	कालिदास	चौखम्बा अमर भारती, वाराणसी	2040 वि० सं०
4.	अमर कोषः	अमरसिंह	चौखम्बा संस्कृत सीरिज, वाराणसी	1970
5.	ईश्वर प्रत्यभिज्ञा विवृति	अभिनवगुप्त	काश्मीर संस्कृत सीरिज, श्रीनगर	1918
6.	ईश्वर प्रत्यभिज्ञा विमर्शिनो विवृति	अभिनवगुप्त	- वही -	1920
7.	ईशावास्योपनिषद्	निगम	गीता प्रेस, गोरखपुर & यू०पी०	सम्बत् 2051
8.	ऋग्वेद	- वही -	वैदिक पुस्तकालय, सम्बत् 2019 अजमेर	
9.	कठोपनिषद्	- वही -	गीता प्रेस, गोरखपुर	2051
10.	कण्ठचरितम्	समुद्रगुप्त	चौखम्बा संस्कृत ग्रन्थमाला, वाराणसी	1982
11.	कक्ष्या स्तोत्र			
12.	काश्मीर शैविज्यम्	जे० सी० चैटर्जी	काश्मीर संस्कृत सीरिज	1962
13.	किरातार्जुनीयम्	भारवि	चौखम्बा संस्कृत सीरिज, वाराणसी -1	1968



- |     |                             |                          |                             |      |
|-----|-----------------------------|--------------------------|-----------------------------|------|
| 14. | कूर्मपुराण                  | महर्षि व्यास             | राष्ट्रीय प्रेस,            | 1969 |
|     |                             | ॥ पं० राम शर्मा आचार्य ॥ | मथुरा                       |      |
| 15. | कुमारसम्भव                  | कालिदास                  | चौखम्बा संस्कृत             | 1972 |
|     |                             |                          | सीरिज, वाराणसी-1            |      |
| 16. | केनोपनिषद्                  | निगम                     | गीता प्रेस, गोरखपुर         | 2051 |
| 17. | गीता                        | -वही-                    | - वही -                     | 2049 |
| 18. | गरुड़ पुराण                 | महर्षि व्यास             | राष्ट्रीय प्रेस, मथुरा      | 1969 |
|     |                             | ॥ पं० रामशर्मा आचार्य ॥  |                             |      |
| 19. | चरक संहिता                  | महर्षि पतंजली            | चौखम्बा भारती               | 1994 |
|     |                             |                          | अकादमी, वाराणसी-1           |      |
| 20. | छान्दोग्योपनिषद्            | निगम                     | गीता प्रेस, गोरखपुर         | 1949 |
| 21. | ज्योतिषा तत्त्व             | रमण कुमार शर्मा          | राज प्रकाशन, कठुआ           | 1999 |
|     | चिन्तामणि                   |                          |                             |      |
| 22. | तन्त्रालोक                  | अभिनवगुप्त               | मोतीलाल बनारसी              | 1987 |
|     |                             |                          | दास, दिल्ली                 |      |
| 23. | दक्षस्मृति                  | सं-पं० श्रीराम शर्मा     | संस्कृति संस्थान,           | 1969 |
|     |                             | आचार्य                   | बरेली                       |      |
| 24. | दुर्गा सप्तशती              | निगम                     | गीता प्रेस, गोरखपुर         | 2051 |
| 25. | निर्णय सिन्धु               | ज्वाला प्रसाद            | रैम राज कृष्णदास,           | 1989 |
|     |                             |                          | बम्बई                       |      |
| 26. | नित्यश्रीदशक                | आगम                      | आनन्दाश्रम, पूणा            | 1908 |
| 27. | मेघ तन्त्र                  | आचार्य क्षेमराज          | काश्मीर संस्कृत             | 1926 |
|     |                             |                          | ग्रन्थावली                  |      |
| 28. | पञ्चदशी                     | स्वामी विद्यारण्य        | संस्कृत संस्थान,            | 1978 |
|     |                             |                          | रवाजा कुतुबुद्दीन,          |      |
|     |                             |                          | वेदनगर, बरेली               |      |
| 29. | परमार्थ सार                 | अभिनवगुप्त (योगेश्वर)    | काश्मीर संस्कृत ग्रन्थावली, | 1916 |
| 30. | परात्रिंशिका विवृति - वही - |                          | - वही -                     | 1918 |





31. पाणिनीय सं-स्वामी द्वारका रत्ना पब्लिकेशन्स 1971  
अष्टाध्यायी दास शास्त्री वाराणसी-1
32. पातंजल योग दर्शन महर्षि पञ्जली मोती लाल बनारसी 1980  
॥ विद्यारण्य ॥ दास, दिल्ली
33. पातंजल योग सूत्र स्वामी विज्ञाश्रमी श्री मदन लाल, 1961  
भोज वृत्ति, व्यास एवं लक्ष्मी निवास  
भोज वृत्ति सहित चण्डक, कचहरा, रोड,  
अजमेर
34. पातंजल योग दर्शन - डा० पवन कुमारी ईस्टर्न बुक्स लिंकरस्, 1979  
एक समालोचनात्मक गुप्ता दिल्ली  
अध्ययन
35. प्रत्यभिज्ञादर्शन माधवाचार्य चौखम्बा विद्याभवन 1978  
वाराणसी
36. प्रत्यभिज्ञाहृदयम् आचार्य क्षेमराज चौखम्बा संस्कृत 1970  
सीरिज, वाराणसी
37. प्रभु-विद्या-प्रतिष्ठान पं० श्री दौलत ठाकुरदास एण्ड सन्स, 1987  
राम गौड़ राजा दरबारजा,  
वाराणसी
38. <sup>प्रज्ञापनिका</sup> बाल्मीकि रामायण निगम महर्षि बालमीकि गीता प्रेस, गोरखपुर 1989  
39. बृहत्पाराशर होरा महर्षि पाराशर देहाती पुस्तक भण्डार 2029  
शास्त्रम् दिल्ली
40. बृहदारण्यकोपनिषद् निगम वाणी विलास ग्रन्थमाला 1955  
काशी
41. बृहत्सर्पति शतकम् रमण शास्त्री राज प्रकाशन, कटुआ 1999  
॥ जम्मू ॥
42. बोधायन स्मृति सं० पं० राम शर्मा संस्कृति संस्थान, बरेली 1966  
आचार्य



43. भागवत महापुराण व्यास गीता प्रेस, गोरखपुर 2050
44. भारतीय दर्शन बलदेव उपाध्याय चौखम्बा ओरियेण्टल 1979  
वाराणसी
45. भारतीय दर्शन डा० कुवर लाल व्यास इतिहास विद्या प्रकाशन 1980  
शिष्य दिल्ली
46. भारतीय दर्शन का इतिहास डा० एस०एन०दास गुप्त राजस्थान हिन्दी  
ग्रन्थमाला 1962
47. मनुस्मृति सं० -केशवप्रसाद द्विवेदी छेमराज कृष्णदास 1960  
मुम्बई
48. महार्थ मञ्जरी महेश्वरानन्द काश्मीर संस्कृत ग्रंथगवली 1918
49. महाभारत व्यास गीता प्रेस गोरखपुर 1955
50. महाभारत पतंजली एज्युकेशन सोसाइटी, 1965  
पुणे डेक्कन
51. महिम्न स्तोत्र पुष्पदन्त चौखम्बा संस्कृत सोरिज 1964  
वाराणसी
52. मण्डूक्योपनिषद् निगम गीता प्रेस, गोरखपुर 2051
53. मानसागरी मानसागरः ज्योतिषः ठाकुर प्रसाद-पुस्तक 1982  
भण्डार, कचौड़ी गली,  
वाराणसी
54. मालिनी विजय वार्तिक अभिनवगुप्त काश्मीर संस्कृत ग्रंथगवली 1922  
श्रीनगर
55. मुण्डकोपनिषद् निगम गीता प्रेस, गोरखपुर 2051
56. याज्ञवल्क्य स्मृति महर्षि याज्ञवल्क्य चौखम्बा प्रकाशन 1967  
वाराणसी - ।
57. योगवृत्ति श्रीजराजः स्वामी मदन लाल लक्ष्मी निवास 1968  
विज्ञानाश्रमी जी ः चण्डकरः कचहरी रोड, अजमेरः
58. योगसिद्धि मोती लाल बनारसीदास 1983  
बाल्मीकि रामायण दिल्ली



59. योग वशिष्ठः हिन्दीः नन्द लाल दशगिरा रणधीर प्रकाशन 1994  
हरिद्वार
60. योगिनी हृदय दोषिका अमृतानन्द चौखम्बा प्रकाशन, 1963  
वाराणसी
61. रघुपंश महाकाव्यम् कार्लिदास चौखम्बा संस्कृत सीरिज़ 1983
62. रुद्रष्टाध्यायी निगम विशाल प्रकाशन, मथुरा 1983
63. लघु सिद्धान्त कौमुदी मुनि वरदराज श्री सरस्वती 2020  
विद्यालय खन्ना  
पंजाब
64. लिंग पुराण महर्षि व्यास (पं० श्री राम शर्मा आचार्य) राष्ट्रीय प्रेस, मथुरा 1969
65. वाक्यपदीयम् भर्तृहरि चौखम्बा संस्कृति 1980  
संस्थान, वाराणसी
66. वाचस्पत्यम् श्री तारानाथ झा चौखम्बा संस्कृत ग्रन्थ 1962  
माला, वाराणसी -I
67. वायुपुराण महर्षि व्यास राष्ट्रीय प्रेस, मथुरा 1969  
पं० श्री राम शर्मा आचार्य
68. विज्ञानैश्वर्य आगमः सं०-प्रजवल्लभा मोतीलाल बनारसी 1978-84  
द्विषेदी दास, दिल्ली
69. विज्ञान शैश्वर्य विवृति आचार्य क्षेमराज काश्मीर संस्कृत ग्रन्थावली 1918  
श्रीनगर
70. विष्णुपुराण महर्षि व्यासः पं० राष्ट्रीय प्रेस, मथुरा 1969  
राम शर्मा
71. वैष्णव पंचाग ज्योतिषज बिहारी लाल रघुनाथ पुरा, निकट 2042  
वशिष्ठ रघुनाथ मन्दिर, जम्मू
72. शंखस्तुति सं०-पं० श्रीराम शर्मा संस्कृति संस्थान, बरेली 1966  
आचार्य
73. श्वेताश्वतरोपनिषद् निगम गीता प्रेस, गोरखपुर 2051



74. शिवपुराण महर्षि व्यास गीता प्रेस, गोरखपुर 2020 -
75. शिवदृष्टि सोमानन्द काश्मीर संस्कृत 1920 -  
ग्रन्थमाला, श्रीनगर
76. शिवसूत्र आगमसं० जयदेवसिंह० मोतीलाल बनारसी 1979 -  
दास, दिल्ली
77. शिवस्तोत्रावली उत्पलदेव काश्मीर संस्कृत ग्रन्थावली, 1964 -
78. शुक्ल यजुर्वेद निगमसं० सातवलेकर० वसन्त श्रीपाद सातवलेकर 1985 -  
स्वाध्याय मण्डल, पारडी
79. सर्वदर्शन संग्रह माधवाचार्य ॥ जि० बलसाहू॥  
चौखम्बा विद्याभवन 1984 -  
वाराणसी
80. सन्ध्या का विवेचनात्मक रमण अध्ययन राज प्रकाशम, कटुआ 1999 -
81. स्तव चिन्तामणि आचार्य क्षेमराज ॥ जम्मू॥  
काश्मीर संस्कृत ग्रन्थमाला 1918 -
82. सामवेद निगम आर्य प्रतिनिधि सभा, 1966 -  
जालन्धर
83. हारोत स्मृति सं०-श्रीराम शर्मा  
आचार्य संस्कृति संस्थान, दरेली 1966 -
84. हितोपदेश विश्वनाथ शर्मा मोती लाल बनारसी दास 1964 -  
दिल्ली
85. होरारत्नम् श्री मदबल भट्ट - वही - 1979 -

xxxxxx

xxxx

xxxx









